DIGITAL PHOTOGRAPHY WORKSHOPS NUDES

国际人体摄影教程

曼妙的人体摄影，独特的摄影教程，带领您从初学者成长为行家里手！

专业的拍摄水准，你也可以做得到！

[英] 邓肯·埃文斯／编著

中国青年出版社
中国青年电子出版社
http://www.21books.com http://www.cgchina.com
中青雄狮
RotoVision

VISIT…

DIGITAL PHOTOGRAPHY WORKSHOPS NUDES 国际人体摄影教程

Copyright 2006 First Publication of RotoVision SA
Translation 2009 China Youth Press

律师声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由英国RotoVision出版社授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

短信防伪说明

本图书采用出版物短信防伪系统，读者购书后将封底标签上的涂层刮开，把密码（16位数字）发送短信至106695881280，即刻就能辨别所购图书真伪。移动、联通、小灵通发送短信以当地资费为准，接收短信免费。短信反盗版举报：编辑短信“JB，图书名称，出版社，购买地点”发送至10669588128。客服电话：010-58582300

侵权举报电话

全国“扫黄打非”工作小组办公室
010-65233456 65212870
http://www.shdf.gov.cn

中国青年出版社
010-59521255
E-mail: law@cypmedia.com
MSN: chen_wenshi@hotmail.com

图书在版编目（CIP）数据

国际人体摄影教程／（英）埃文斯编著；解格先译．
－北京：中国青年出版社，2010.1
ISBN 978-7-5006-9112-9
Ⅰ.①国… Ⅱ.①埃…②解… Ⅲ.①人像摄影－摄影技术－教材
Ⅳ.①J413
中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第223883号

版权登记号：01-2009-6728

国际人体摄影教程

[英] 邓肯·埃文斯 编著 解格先 译

出版发行：中国青年出版社
地　　址：北京市东四十二条21号
邮政编码：100708
电　　话：（010）59521188 / 59521189
传　　真：（010）59521111
企　　划：中青雄狮数码传媒科技有限公司
责任编辑：肖 辉 米玉明 林 杉
封面设计：唐 棣

印　　刷：利丰雅高印刷（深圳）有限公司
开　　本：889×1092 1/16
印　　张：9
版　　次：2010年1月北京第1版
印　　次：2010年1月第1次印刷
书　　号：ISBN 978-7-5006-9112-9
定　　价：55.00元

本书如有印装质量等问题，请与本社联系 电话：（010）59521188
读者来信：reader@cypmedia.com
如有其他问题请访问我们的网站：www.21books.com

“北京北大方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。
封面用字包括：方正兰亭黑系列

[英] 邓肯·埃文斯 / 编著
解格先 / 译

DIGITAL PHOTOGRAPHY WORKSHOPS

NUDES

国际人体摄影教程

中国青年出版社
中国青年电子出版社
http://www.21books.com http://www.cgchina.com
中青雄狮
RotoVision

目 录

6 导论

1 准备拍摄

本章为你介绍拍摄人体所需要的相机和相关附件等，以及如何指导模特配合拍摄。

12 为何使用数码方式拍摄？
14 相机和镜头
16 必备的附件
18 道具和背景
20 外景拍摄及相关法律规定

2 如何与拍摄对象配合

本章讨论如何与人体模特互动为了找到她们（他们）最好的角度拍摄，以及如何指导模特表情和调节现场氛围。

24 找到要拍摄的对象
26 指导你的拍摄对象
28 表情和氛围
30 拍摄照片序列
32 围绕着你的对象拍摄
34 作业：抓拍

3 人像风格

介绍人体、人像摄影的基本方法。本章首先学习如何拍摄人体的长度，然后了解目光交流、选取拍摄角度以及抽象摄影。

38 图像长度
40 作业：图像长度
42 背面视图
44 进行目光交流
46 使用广角镜头
48 非个人摄影形式
50 抽象形体
52 作业：身体局部的抽象摄影
54 使用道具
56 作业：使用面纱
58 人体组合
60 作业：拍摄成对的模特
62 灵感：最佳的人像风格

4 外景拍摄

本章教你走出摄影棚，利用室内的自然光以及室外的外景，进行富有想象力的拍摄。

66 室内外景
68 作业：室内拍摄
70 城市外景
72 作业：郊区花园
74 在乡村拍摄
76 作业：乡村外景
78 不同寻常的视角
80 背景纹理
82 拍摄运动的身影
84 作业：拍摄舞者
86 灵感：最佳的外景拍摄

5 用光风格

照片的构图以及用光方式，是人体摄影成功的关键。本章提供相关的用光选择和拍摄建议。

90 利用日光
92 作业：从窗外投射进来的光线
94 剪影
96 摄影棚的闪光灯选择
98 作业：摄影棚作品
100 创造性的用光技巧
102 作业：运用彩色光线
104 反射和散射
106 极端情况：高调和低调
108 作业：弱光下拍摄
110 框定拍摄对象
112 作业：取景框的操作
114 灵感：最佳的用光风格

6 图像编辑

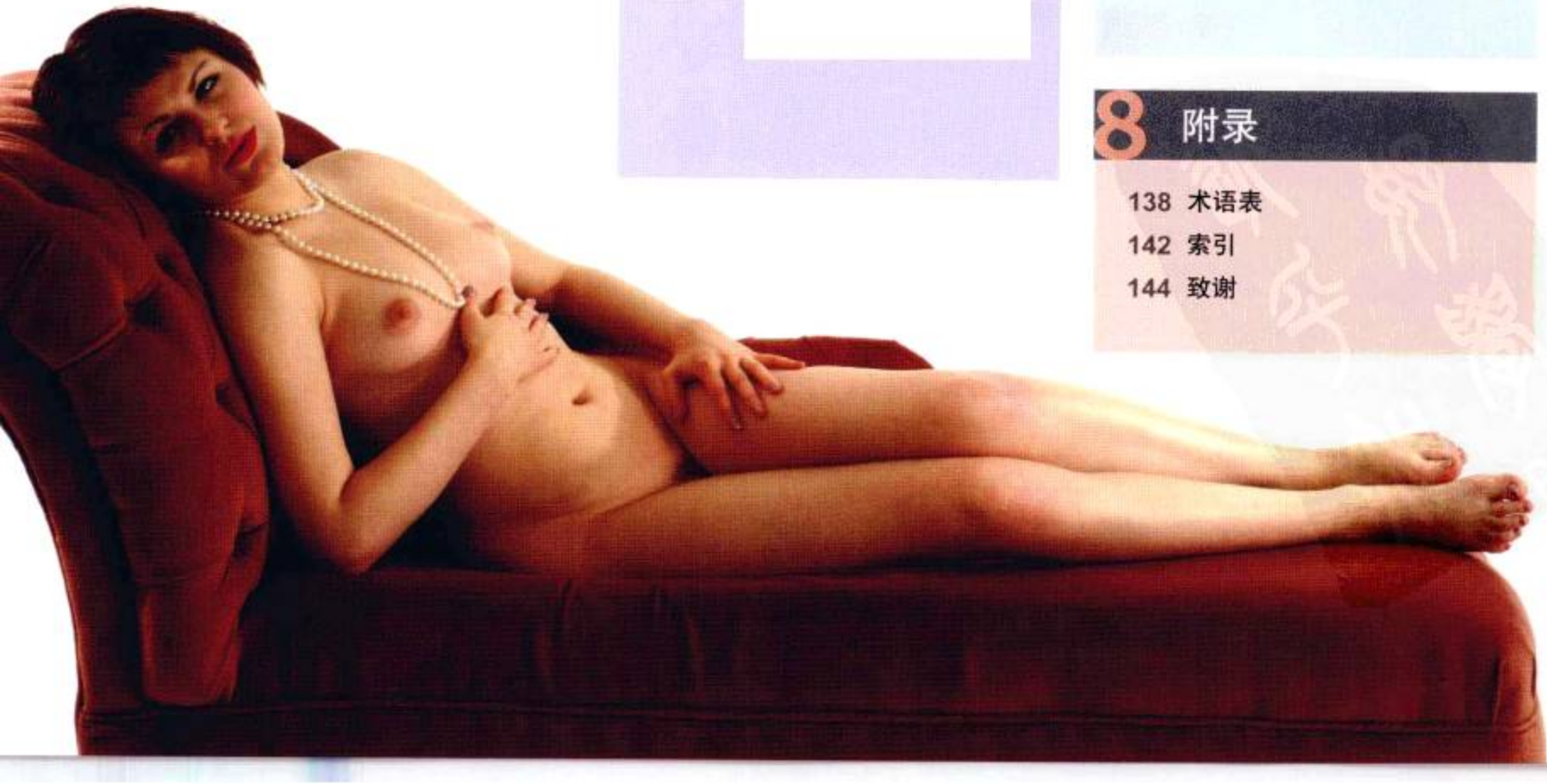
本章学习如何整理图片，转换格式以及如何操作你的数码人体摄影。

118 忧郁的单色图像
120 微妙的阴影
122 清理画面
124 调色和做旧处理
126 创建构图

7 存储、打印和发表

本章介绍可以使用的文件格式以及如何进行黑白打印，并介绍网站设计和上传过程。

130 存储图像
132 黑白打印
134 发表照片



8 附录

138 术语表
142 索引
144 致谢

导 论

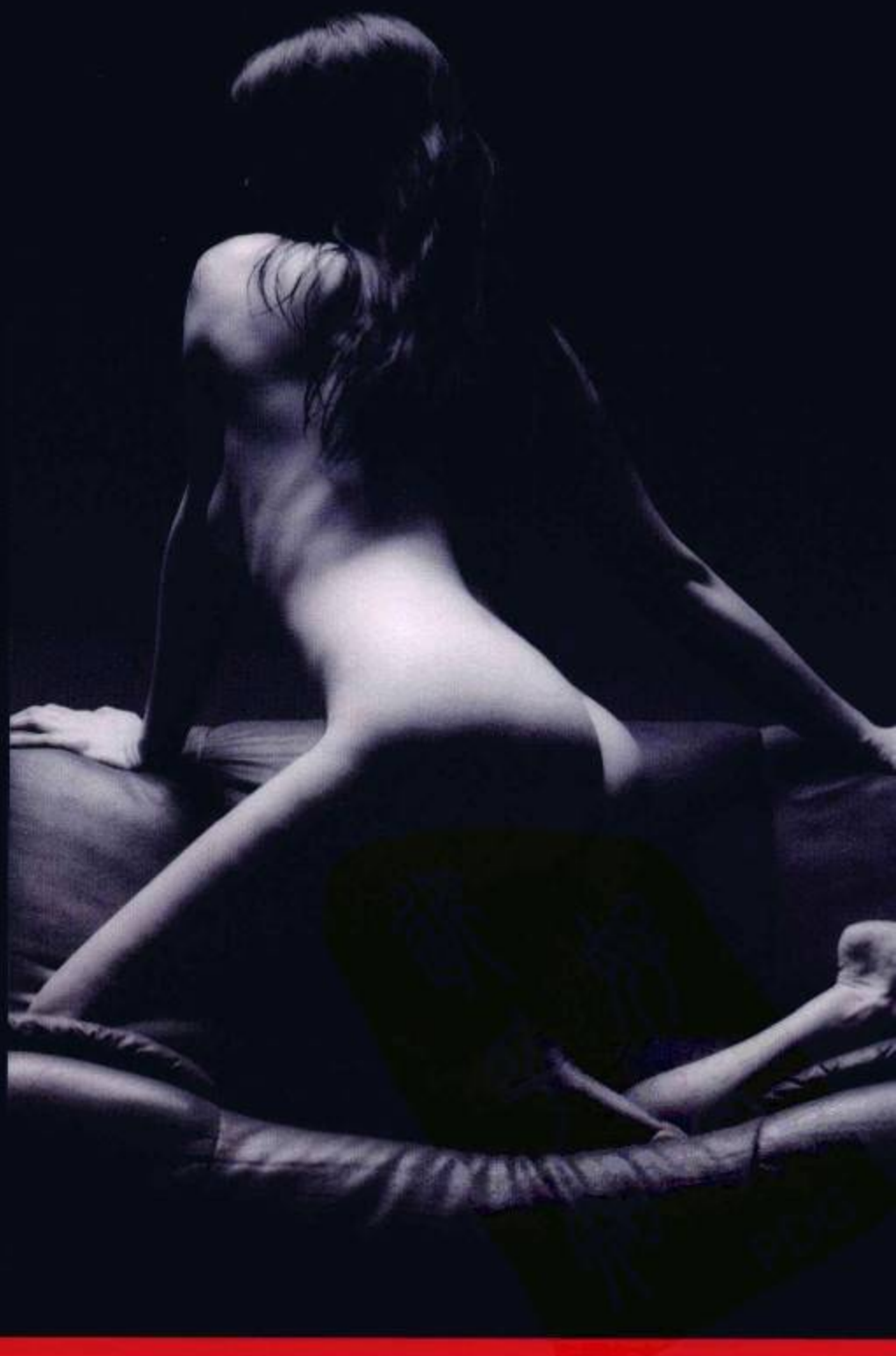
在绘画、雕塑以及近代的摄影艺术等创造性领域，人体艺术一直被认为是以艺术的手段来描绘人体形状的一种重要方式。如何拍出具有独特风格、有艺术价值同时又能够带来审美愉悦感的人体作品，对摄影师来说一直都是最大的挑战之一。摄影师必须掌握好在室内或者外景中拍摄人体的技术手段。此时，无法利用服装和道具来掩饰光线的不足，摄影师还必须充满信心地驾驭和拍摄对象之间的关系。同时，模特也必须对摄影师的创作能力和技术水平有信心。

即使是经验丰富的人体模特，与新的摄影师第一次合作也可能会紧张。

对没有经验的摄影师来说，人体摄影是一种令人望而生畏但又能够激发灵感的题材，本书就是为了帮助初学者驾驭这种题材而编写的。我们的目标是讲述摆姿势、构图以及用光的基本要领，包括在工作室拍摄以及外景拍摄，并附有相关的图例和拍摄指导。在每章中，我们都会为你留作业——创作一幅特定主题的照片以实现一个简单的学习目的。我们会提供一些作品向你阐明拍摄的意图，还提供用光图表方便你在没有找到自己的拍摄感觉时参照，也能够跟随我们完成拍摄。然而真正的挑战在于，你要创造出让自己难忘的作品。

我们会讨论如何与模特配合、人像摄影风格、外景拍摄、用光和取景、图像编辑以及打印和发表方面的选择。你可以学会如何寻找模特、如何营造适当的氛围以及如何捕捉表情。我们会深入地探讨如何完成主题拍摄，并专注于特定人体长度的拍摄和它对于构图的影响。我们还会探讨如下主题：目光交流、抽象拍摄、非个人摄影形成、道具的运用，以及如何拍摄一对模特。

在外景拍摄人体有很多不确定因素。这与在工作室内拍摄人体有很大不同，可以有很多种不同的背景选择。但是不论是在室内还是户外，都有很多物体可以互动，不论是在老旧的城市还是风景如画的乡村。但是，最终，你是否能够成功地拍摄人体摄影作品还取决于用光和构图。能够创造性地运用光线（不论是利用工作室中的设备还是自然光源），是让照片出色的关键所在。我们在本书中探讨了工作室中的所有选择：低调、高调、取景，以及创造性地运用色彩。课后的作业将训练你的创造性以及对相关技术的把握。不用担心，我们为你提供了拍摄的参考方法和用光图表，可以为你提供帮助。



不论你是出于何种原因而选择拍摄人体摄影，摄影领域中很少有像人体摄影这么具有挑战性的同时也能让你收获良多的主题。《国际人体摄影教程》可以引领你成功构图，合理用光，最终创作出富有成就感的摄影作品。

邓肯•埃文斯，LRPS（初级会士 英国皇家摄影协会）www.duncanevans.co.uk

1 准备拍摄

实际上，即使只是用最简单的相机，也完全可以拍摄出最精美的艺术人体照片。另外，对于镜头（以及你能够支配的一般设备）的控制越强，变化越多，你就越能够拍摄出精美的艺术照片。在本书的第一章中，我们将讨论可选用的硬件设备、拍摄外景时可能会出现的问题，以及如何解决这些问题。

▲ 为何用数码方式拍摄照片？在以数码方式还是胶片方式拍摄这个问题上，数码方式的优点远远大于其缺点。

▲ 相机和镜头。你所能使用的设备的大致范围是什么，你可以用它们来做什么，以及你真正需要的设备。

▲ 必备的附件。我们将探讨你在拍摄照片时必须具备的所有项目和小工具。

▲ 道具和背景。为你的构图增加一些趣味，并为你的模特提供某些互动的对象。

▲ 外景拍摄及相关法律规定。在公共场所进行人体摄影会带来某些风险。这就需要你在想要拍摄的作品和可能出现的麻烦之间进行权衡。

为何用数码方式拍摄?

为什么说以数码方式拍摄人体照片要比使用胶片具有优势？这有几个方面的原因，主要包括技术和实际操作方面。人体摄影与普通的人像摄影相比，具有更多的挑战性。主要的问题是你和拍摄对象在互动时可能会比较尴尬。你必须灵活应对模特的反应以及她们（他们）所处的环境。你或你的模特在拍摄人体摄影方面的经验越少，出现紧张、不安以及缺乏自信等情形的可能性越大。

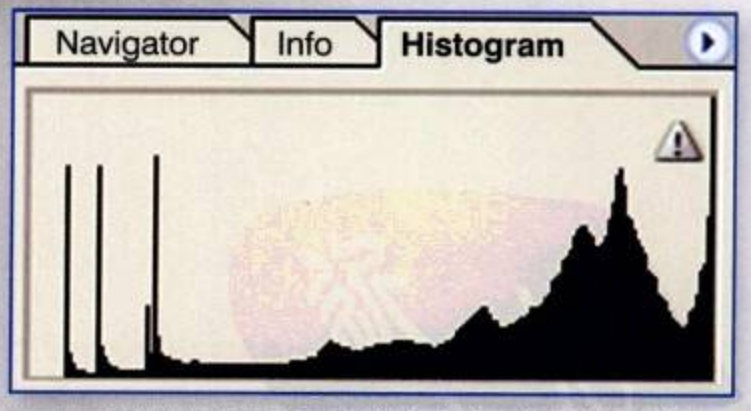
你可能会问：这些跟数码摄影有什么关系呢？数码摄影可以为你提供即时反馈，从而帮助你缓解最初的尴尬状态。当你拍摄出好照片时，你可以立刻看到理想效果，从而得到肯定，知道自己能够控制局面并很好地完成任务。你也可以让模特看看照片，这样她或他就会放心，使你们都肯定自己所做的事情，从而为共同创作有品位、有趣味的照片打好基础。一旦模特放松下来，投入到拍摄过程中并准确把握拍摄理念后，拍摄过程就容易多了。

直方图（HISTOGRAM）

以数码方式拍摄还有技术方面的优势。你可以在LCD屏幕上检查你拍摄的照片，以确保整体构图没有问题。另外，多数相机都会有直方图显示功能，可以让你检查照片中的色调分布。如果所有的色调都处在直方图的右侧，而你又不是要拍摄高调照片（参见第106－107页），那么照片就曝光过度了，此时明亮区域中的细节很可能会丢失。曝光不足的照片虽然不会像曝光过度的照片那么糟糕，但是照片曝光不足越严重，当提亮照片时，出现的数码噪点就越多。

提　示

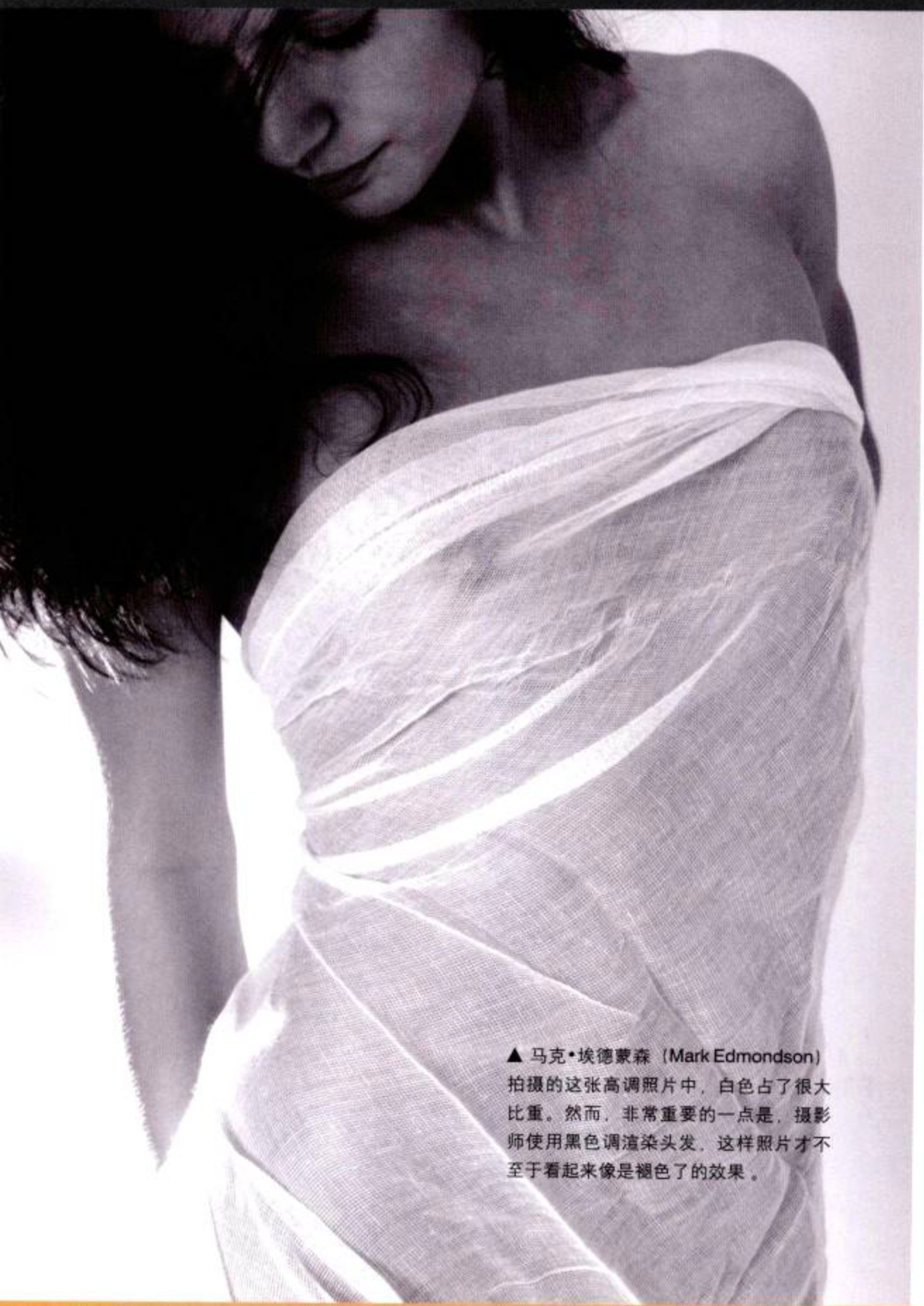
快门速度太慢，就可能出现相机抖动的情况。镜头的焦距越长，要避免抖动，快门速度就需要越快。这里有个通用公式可以运用：就是要确保快门速度不能低于焦距的倒数。也就是说，如果焦距为35mm，那么快门速度不能慢于1/35秒——除非相机安装在三脚架上，或者以其他方式固定。如果焦距为200mm，那么快门速度就至少要达到1/200秒。



▲ 对页照片的直方图显示了光谱中较亮一端的数据所占的比重。但是请注意，较暗一端的数据也保留了下来，因此头发才足够暗。

好点子

如果你希望在不太强烈的自然光中拍出有颗粒感的照片，就像使用快速黑白胶片的效果那样，那么就将数码ISO调高到ISO800或者1600，然后在计算机上将彩色图像转换为黑白图像。



▲ 马克•埃德蒙森（Mark Edmondson）拍摄的这张高调照片中，白色占了很大比重。然而，非常重要的一点是，摄影师使用黑色调渲染头发，这样照片才不至于看起来像是褪色了的效果。

拍摄的自由

如果你的相机里装有一张1Gb或者更大容量的存储卡，那么你就可以拍摄许多6Mp甚至更大的JPEG格式的高质量照片，而不用在拍摄过程中频频停下来换卡。如果你需要最高的画质，要以TIFF而不是JPEG格式拍摄，但是存储卡很快就会存满。然而，如果卡存满了，你换另一张卡即可。在拍摄的同时可以把已存满的第一张卡插入读卡器中，然后传到计算机上。现在拍摄的自由度更大了，你可以更大胆地尝试自己的创意。

数码ISO

数码摄影的一个重要优势是我们能够针对每一次拍摄环境的改变而改变ISO设置。ISO设置得更高并不会让CCD/CMOS对光线的灵敏度更高（就像胶片颗粒越大，速度越快，其感光度就越高那样），而是会减少芯片上的元件向处理器发送指令以及设置每个像素色调水平的时间。这和使用速度较快的胶片具有同样的效果：由于ISO设置加倍了，快门速度变快（或者更准确地说，快门打开所用的时间减半）。这可以让你在弱光条件下使用较快的快门速度，而这在正常情况下是做不到的。

相机和镜头

面对要求非常苛刻的人体摄影题材时，也许你认为需要各种高配置相机、灯具以及镜头。切记，你就是有一火车的装备也不能让你成为最好的摄影师，也不会提高你的想象力。然而，这有助于你完成更多种类以及技术难度更高的照片。但并不意味着如果你没有足够的钱自由支配，也没有人愿意资助你，你就只好放弃。只不过在这种情况下，你需要更加努力，在使用你手上的设备时需要更有创造性。

▲ 50mm的定焦头被评为拍摄人体的标准镜头

自然光

不论是在户外还是室内，在自然光下拍摄就意味着你可以使用任何相机，不论是单反相机（SLR）还是卡片机，只要能够提供足够的像素就可以。要进行商业复制，你需要分辨率至少为6Mp的相机。所幸的是，相机的价格已经下调了很多，而技术规格则有所提高，所以要买一台分辨率足够高的卡片机所需要的费用并不太高。如果一开始你只打算使用普通的设备，那么要确保相机有足够的手动功能，以便能够手动设置光圈、快门速度以及ISO感光度。光圈可以控制景深，快门速度可以创建动态效果，而ISO设置可以让相机在弱光下继续拍摄。卡片相机的问题在于，它们的景深（由前至后都处于清晰的焦点范围之内的图像区域）被扩大了，因此很难让背景位于焦点之外。使用光圈f/2.8的数码卡片机，其景深通常相当于单反相机f/8时的景深。

在摄影棚使用

当你在摄影棚中拍摄时，为了与摄影棚中的电子闪光设备连接，你的相机需要具有PC同步插槽，或者你配备了与相机配套的适配器和接口，以便插到相机顶部的热靴。准专业级消费型卡片机有许多可以使用的适配器，这些数码相机看起来像是微型单反相机，可以提供许多功能。不过，在价格很低的情况下，最好的选择是买一台经济型数码单反相机（D-SLR）。经济型的设备也许没有配备PC同步插槽，但是肯定会提供适配器，从而让你能够与光源连接。

这一做法的一个替代措施是使用红外触发适配器，它可以插入到热靴中。多数摄影棚的光源都会有红外感光器，可以检测出其他的光线，使其同时发光。可以使用红外相机触发器感应所有设备，而不必使用电线或接线。

好点子

除了买相机本身的花费以外，下一项支出是买镜头。你可以在相机店里或者eBay等网站上找到打折的新镜头或者状况良好的二手镜头。

提　示

距离拍摄对象越近，镜头视角越广，图像变形程度越大。所以，要么避免这种变形，要么创造性地利用变形，使其效果最大化。

镜头

卡片相机配备内置的镜头，其焦距可以在一定范围内调整。如果你只能买得起这样的相机，那么很重要的一点是要买个焦距范围适当的镜头——3倍光学变焦肯定不够。数码单反相机一个很大的优势就是，你可以根据拍摄的内容购买相应的镜头。不过，这种做法花费不小。

镜头分为两类：定焦镜头和变焦镜头。定焦镜头的焦距是固定的，而变焦镜头的焦距则可以在一定范围内调整。变焦镜头的优势是更为灵活，这意味着你不用频繁更换镜头。定焦镜头的优势是其画质更好，还有非常关键的一点是，其最大光圈更大。当需要把背景放在焦点之外时，这一点颇为重要。对于人体摄影来说，有三个镜头应该就可以满足你的多数需求了：广角变焦镜头（18~50mm），可用于拍摄狭小的区域；50mm定焦镜头，可用于标准距离的拍摄；长焦变焦镜头（70~200mm），可用于远距离拍摄。

► 使用广角镜头时，你可以把背景以及任何可能造成干扰的因素放到焦点之外。

相机类型

全自动卡片机
可控卡片机
准专业级消费型卡片机
经济型数码单反相机
消费型单反相机
全画幅专业单反相机

必备的附件

传统胶片摄影师的工具包里需要装满各种滤镜、不同速度的胶片以及用来拍摄的常规镜头和相机。现在，由于有了白平衡控制和ISO设置，数码摄影师可以省略其中的许多项目了。然而，这些项目不过是被其他项目（通常都是电子方式）取代罢了，尤其是当你在旅行过程中的时候。以下是你所需要配备的项目。

首先要有电源

电源在数码摄影中必不可少。你的相机本身就是一个小型实验室，它需要拍摄并存储照片，还要显示图像。所有这些操作都要消耗大量的电源。因此，普通AA电池对你来说用处不大，你需要用充电电池，即Ni-Cad（镍镉电池）或者Ni-MH（镍氢电池）。卡片机中较大的专用电池通常为镍镉电池，而单反相机通常使用AA型号的镍氢电池。不论使用什么相机，你在外出拍摄时都需要准备一套甚至两套充满电的电池备用。这一要求也使得电池充电器成为优先购买的设备。

▲ 备好充电电池以及高容量存储卡

存储卡和存储设备

存储卡是存储照片的媒介。因此，卡的容量越大，就能够存储越多的照片，从而避免拍摄时经常换卡。买几个1Gb的存储卡是必要的投资。如果你是在度假或者旅行，那么你就需要更多的卡。另外，容量高达80Gb、价格在150美元以下的移动硬盘也是个不错的选择。

滤光

数码摄影无需依赖某些滤光镜。例如，数码相机的白平衡功能让你不必使用品红滤光镜来抵消绿色的光线。此外，你还可以在电脑上改变曝光和对比度。但是，滤光镜对数码相机用户来说仍有其意义，只是很少用到。

你需要的第一个滤光镜就是偏振镜。这是一个圆形镜片，可以从某个角度将强烈的反射光线过滤掉，因此在拍摄反射表面时非常有用。它可以将水、玻璃和金属的表面反射最大化，或者几乎消除掉。拍摄水面时，有了偏振镜，你可以消除表面反射并清晰再现水中的对象，或者将反射最大化，这样水中倒映出的云或者其他拍摄对象就能够生动地呈现出来。

偏振镜还可以让天空的色彩变暗，当与太阳成90°角时，效果最明显。这种效果与偏振镜在胶片摄影中所产

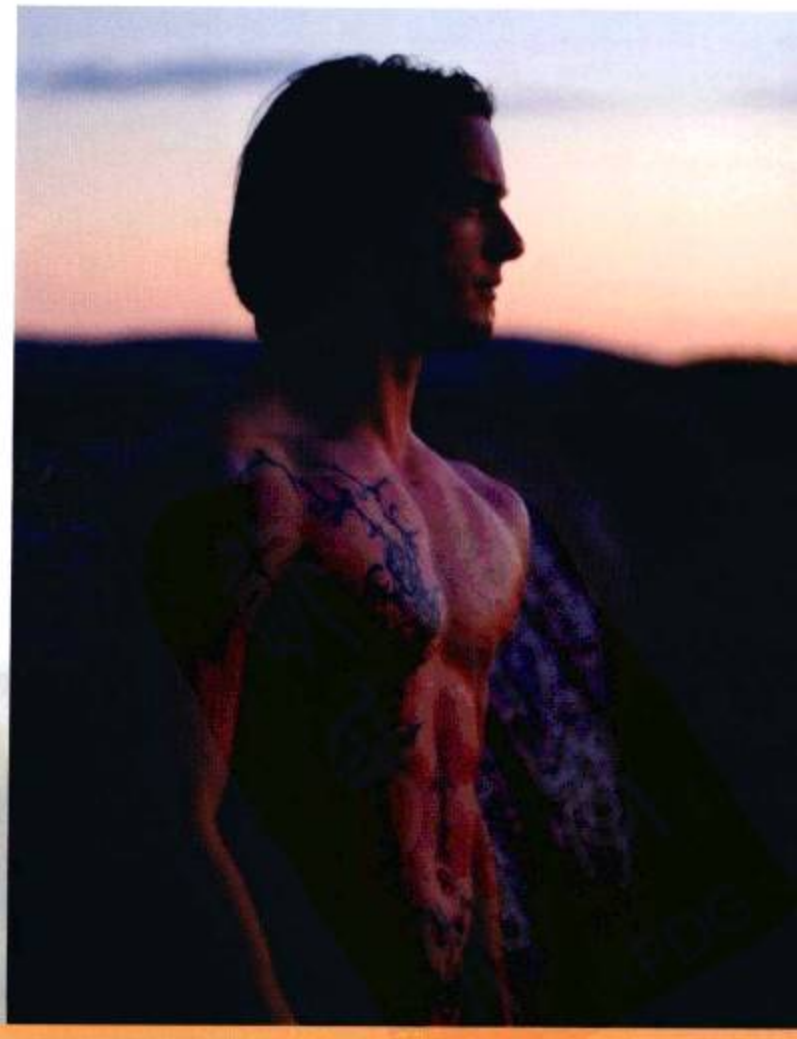
好点子

不要一下买一个4Gb的大存储卡，这样相当于把鸡蛋放在同一个篮子里——如果卡出了问题，那你就会丢失这段时间拍摄的所有照片。

▶ 在适当的情况下使用，滤光镜可以成为你的好朋友。比如说，可以使用滤光片来增强夏日黄昏时金黄色光线温暖的感觉。

生的效果有所不同：使用胶片摄影时，偏振镜会让色彩更深、更饱和；而在数码摄影中，它只是让色彩更暗一些。如果天空褪色变成青色，那就需要考虑用偏振镜了。使用偏振镜需要了解的是：它会减弱进入相机的光线，因此，快门速度会降低1至2档。

渐变中性密度滤光镜（ND渐变）对风景摄影起着重要作用，但是对户外人体摄影来说作用没有那么明显。这是一种方形滤光片，一端为灰色，一端为透明，中间为两端之间的渐变。这种滤光片在天空非常亮或地表反射很强时被用来平衡曝光。如果用于人体摄影，当拍摄对象站立时会将其分为明暗不同的两半。因此只能在模特躺下、高度在地平线以下并且天空非常明亮的情况下使用。



与渐变中性密度滤光镜接近的是中性密度滤光镜。这种滤光片为灰色，有不同的强度用来降低光线亮度。通过使用这种滤光片，既可以以较慢的快门速度获得创造性的动态效果（例如拍摄水的时候），也可以通过限制光线从而使用较大的光圈获得相应的景深效果。在拍摄户外人体时，如果你希望用较大的光圈来让背景变模糊而阳光却很明媚，那么中性密度滤光镜可以派上用场。

暖调滤光镜和冷调滤光镜需要慎用。如果将相机的白平衡设置到比实际情况更高的色温，那么照片就要偏暖。如果设置的色温值比实际情况低，照片会偏蓝色调。这种做法需要练习，有些相机会比其他相机反应更灵敏。用滤光片来达到同样的效果会更容易，但是如果你要使用这两种滤光片中的一种，你需要手动设置白平衡。否则，自动白平衡（AWB）系统会将来自滤光片的颜色视为实际状况，并会自动设置参数以取消这种颜色。

可以考虑的另外一种滤光镜是紫外（UV）滤光镜。这种滤光镜主要用来过滤紫外光。此外，这种滤光镜价格便宜，不会产生其他任何效果，因此可以把它一直装在镜头上，起到保护镜头的作用。

道具和背景

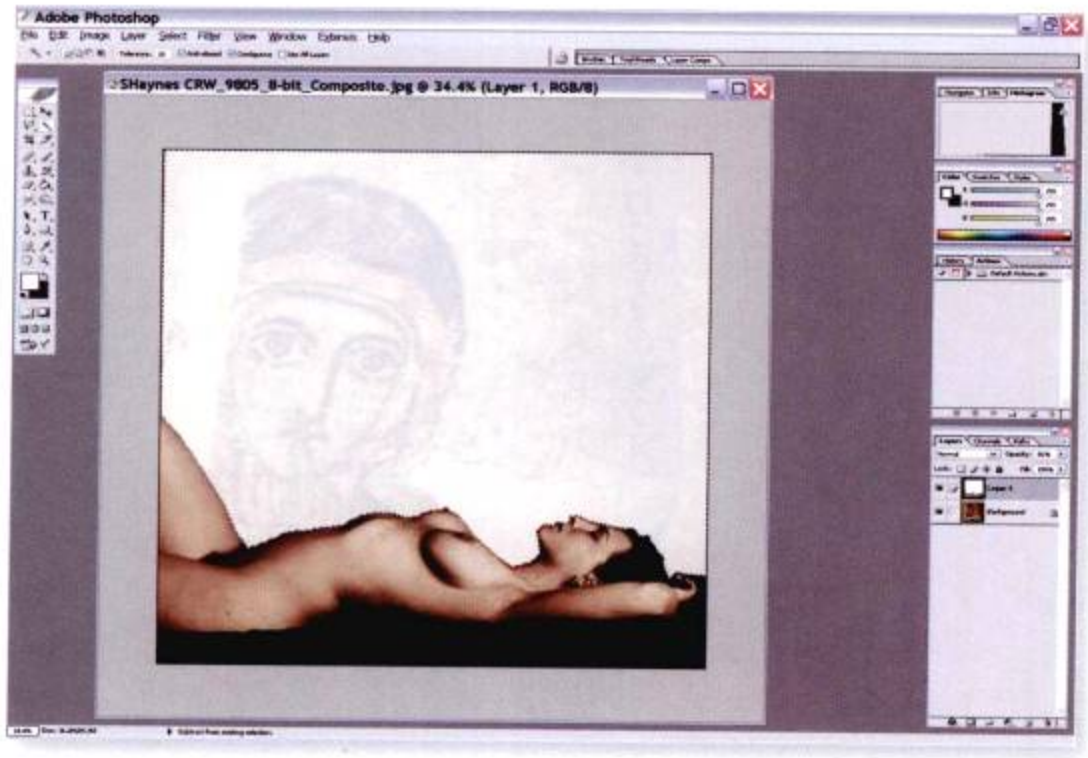
在摄影棚里或者是自己的家里为摄影增加变化、趣味以及氛围的一个方法，就是充分利用背景。充分发挥想象，使用背景织物、幕布或者图画，以掩饰在普通的环境下拍摄的事实。在摄影棚中拍摄时，你可以使用背景织物为照片增加不同的色彩和纹理。当你使用简单的织物背景时，应尽量使用较浅的景深，或者让你的拍摄对象距离背景尽可能远，从而使背景位于焦点之外。

提　示

当你使用搭建背景时，用意是为拍摄过程创造氛围，而不是刻意强调你是在另外某个地方。应确保拍摄对象离背景足够远，这样所用的任何光线才不会在背景上投下阴影——因为阴影会将所制造的氛围效果破坏殆尽。

许多经典画家和维多利亚时代的摄影师都喜欢在他们的工作室中布置风景如画的背景，并在前景中安排道具和陈设作为他们的拍摄对象所处的环境。对于手头不宽裕的数码摄影师来说，有图案的背景织物的成本可能会太高。不过，我们有数码替代方法，也就是说，我们可以像正常情况一样安排所有的前景道具和陈设，但是却对着白色背景拍摄。然后通过数码方式把背景添加上去，放在模特和道具后面。

道具本身起着两个作用：第一，它们可以用来补充背景以形成一种总体风格；第二，道具可以给模特提供互动的对象。如果你的拍摄对象是个新手，第二个作用就很重要——因为她们（他们）在拍摄人体照片时通常会比较紧张。经验不足的模特往往不知所措，而道具可以解决这种问题，被摄对象拿着道具，可以分散其注意力。应尽量避免使用媚俗的道具，除非你能够以聪明或者具有讽刺意味的方式使用这种道具。



◀ 美国的斯蒂芬•海恩斯（Stephen Haynes）分两个阶段拍摄了这一照片，然后在Photoshop中合成。模特是在摄影棚中对着空白背景拍摄的。另一个背景是斯蒂芬在地中海时前往参观的一座寺庙。

▶ 两种照片被合在一起，形成新的图层。然后使用Magic Wand（魔棒工具）选择并删除了摄影棚中的白色背景。

好点子

二手家具店是个理想的去处，可以淘到便宜的物件，用来创造或装饰拍摄环境，或者用作拍摄中的道具。

工具一览

图层
魔棒工具
橡皮擦工具

外景拍摄及相关法律规定

毫无疑问，拍摄人体时最放松、最舒适的地方是摄影棚提供的私密空间。然而，这种空间也限制了你所能拍摄的主题。走出去拍摄，可以让你将摄影棚中的技能运用到丰富而富于变化的外景环境中。

要找到适当的场所颇有难度。一般来说，拍摄环境越豪华，要获得在那里拍摄的许可就越困难、代价越昂贵。

海滩是人们容易看到暴露人体的地方，因此在这里拍摄应该不会引起过多的关注。阳光、大海和沙滩组合在一起，提供了丰富的拍摄机会。对于其他的户外拍摄场所来说，所到之处人越稀少，你越有机会专心拍摄而不会被打断或打扰。废弃的建筑物（不论是乡村建筑还是工业建筑），可以与模特皮肤的平滑色调形成奇妙的对比。乡村的场景，包括建筑物、田野、森林以及溪流等，都可以激发你的创造力。用心地构图和用光，会让你的摄影作品很出色。

法律规定

对公共场合的法律规定因国家不同而不同，通常还会因州不同而不同。在某个地方会得到许可的事情，在另一个地方未必可以。你必须对户外拍摄非常谨慎，尤其是造访非西方国家时。一般来说，如果你在海滩以外的公共场所拍摄，游人看到时最大度的反应也是大皱眉头，而最坏的情形是你可能会惹上麻烦。这可能会导致你的模特被控伤风败俗，而你则会被控蛊惑之罪。一个基本的建议是：在公共场合，不要进行长时间的拍摄。最安全的做法是，在人很少的地方拍摄，如果不能找到没人的地方。

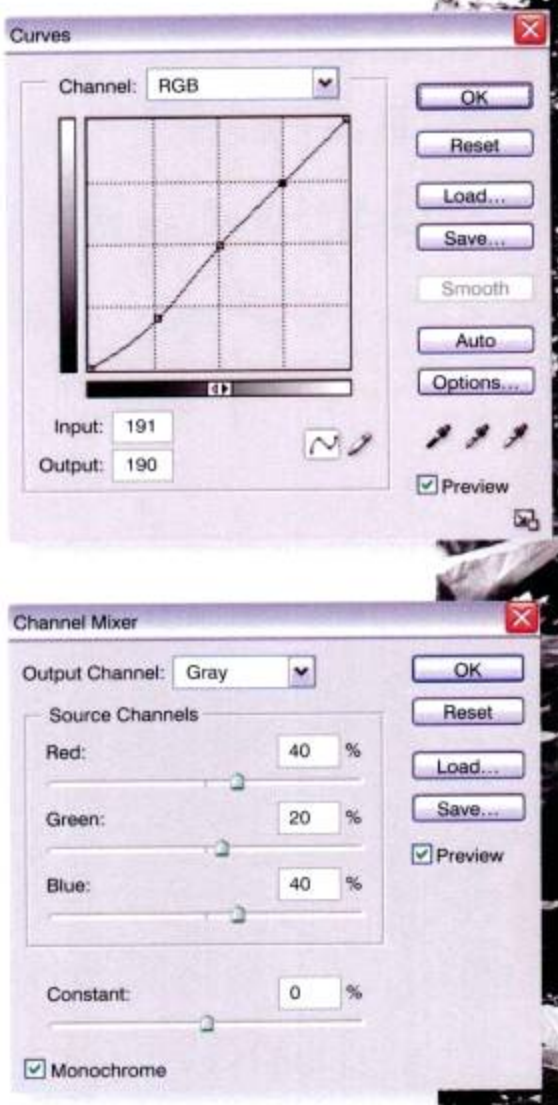
好点子

我们建议在拍摄外景人体时找个人来帮忙。这个人可以照看行李，并可以协助对人群进行基本控制，让人们不要进入拍摄区域，或避免群众在附近闲逛。

照片编辑

▶ 马克•埃德蒙森在当地的树林中拍摄了这张照片，使用的是佳能消费级单反相机。

▼ 阴影用Curves（曲线）命令调暗。另外两个控制点使中性色调和高光保持到位。



▲ 用Channel Mixer（通道混合器）将原来的彩色照片转换为黑白色调。

提　示

可以随身带些用光设备，以便补充光线，哪怕是反光板，也会发挥其作用。

工具一览

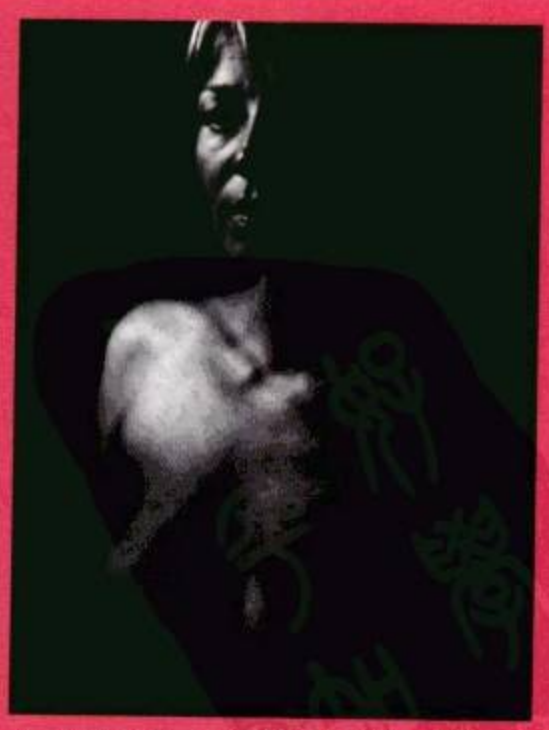
图像>调整>通道混合器
图像>调整>曲线

2 如何与拍摄对象配合

新摄影师往往会发现，与人体模特配合比拍摄普通的人像摄影时更有难度。对于新模特来说，这一过程同样具有挑战性。要营造一种良好的工作关系，知道如何了解拍摄对象、让模特摆姿势并拍摄到她们（他们）最好的一面，需要大量的技巧，使模特与你产生共鸣。经验的确非常宝贵，但是你只有通过拍摄才能获得这种经验。你进行的练习越多，就越容易指导你的模特并营造出适当的创作氛围。

▲ 找到要拍摄的对象，并且已经做好准备拍摄人体照片的模特。

▲ 指导你的拍摄对象。这是最主要的困难之一，如果与你合作的是一名没有经验的模特，难度会加大。



▲ 表情和氛围。拍摄对象的面部表情必须与你所营造的氛围契合。

▼ 拍摄照片序列。连拍的好处是得到自然的结果，前提是你已经做好构图。

▲ 围绕着你的对象拍摄。不要让模特和光源移动，你自己变换角度去拍摄，看看使用不同的角度会得到什么效果。

任务：对模特抓拍，让你的拍摄对象与周围环境互动，忘记相机。

找到要拍摄的对象

如果是简单的人像摄影，你会很容易找到愿意合作的拍摄对象。如果足够勇敢的话，你甚至还可以尝试接近陌生人，请他们为你摆好姿势拍照。但是对于人体摄影来说，就没那么简单了，所以要找到合适的模特拍摄出具有创造性的人体摄影作品，会非常有挑战性。不过，有个好消息，就是数字技术会让你寻找拍摄对象的过程相对容易，而且还可以提高你的摄影作品的质量。网络使摄影师与模特之间的联络变得简单。

数码摄影的兴起吸引了许多原本不会涉足这领域的人。它还以前所未有的方式推动了照片的传播，分享和展示。

由于有了这些进展，找到模特进行艺术人体摄影的过程也变得前所未有的容易：你的潜在拍摄对象都在网上。诸如www.onemodelplace.com以及www.net-model.com（还有许多的其他网站）等网站可以为你提供世界各地模特，摄影师和设计师的数据库。你可以搜索数据库寻找你领域中的模特，并联系那些看起来比较适合的模特，看她们（他们）是否在你希望拍摄的时候有空。所有的模特都会说明她们（他们）在拍摄时愿意裸露的程度，因此不会出现令人尴尬的误解。这些网站中还有留言板，你可以在这里说明你要拍摄的作品，该作品的用途以及你准备付多少钱，然后看看是否会有潜在的模特给你回复。你们可以通过电子邮件进行进一步的细节讨论，谈妥的话最后会预约时间并交换电话号码。

▶ 你希望找到模特拍摄照片时，可以直接搜索发布模特和摄影师详细联系方式的网站。模特会在网站上说明她们（他们）是否做好准备拍摄人体照片，她们（他们）还会说明她们（他们）的价格等条件。

好点子

希望拍摄出特别而又出类拔萃的作品吗？你可以在留言板上发布你的想法，发起共同进行的艺术创作——任何一方都不需要缴费。

价格

一般来说，通过网站找到的模特例行价格约为每小时65～85美元，时间为每次最少2个小时。如果拍摄地点在10英里以外，也许你还需支付模特的交通费。不过，这并不是说你必须支付这些费用。有些模特可能同意“用时间交换照片”（TFP，Time for Prints），或者“用时间交换CD”（TFCD,Time for a CD）——高分辨率照片的CD。有些模特愿意要冲印的照片，有些则愿意要CD。找到愿意要照片或CD的人体模特的机会比较少，但是还是有一些的。但是要注意，她们（他们）也许相当没有经验，甚至对于摆姿势几乎没有概念。如果你的预算比较紧张，你可以提供部分报酬加上CD，或者直接在你的布告板广告上说明报酬会比较低。你也许会得到较少的回复，但是还是会有些模特回复这种广告，要价为每小时40美元。

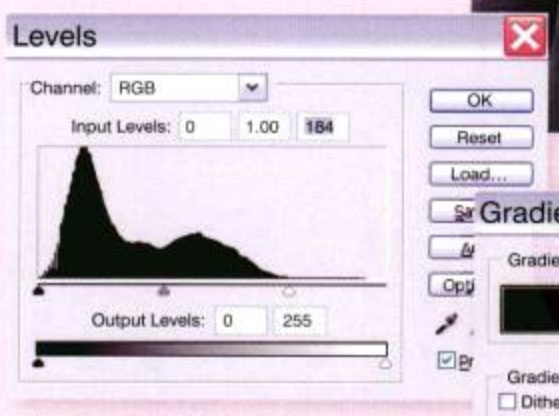
提 示

如果你打算使用你的照片以此盈利，那么你需要得到一份模特的授权协议书。这份协议是指模特将在某一时间段把所拍摄的照片的版权授权给你。有些模特可能会因此而要求在约定的费用基础上外加10%，因此应在双方交涉时就说清楚。

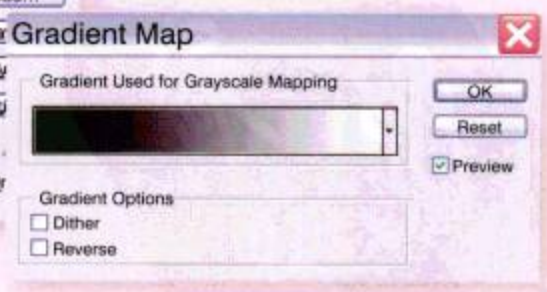
照片编辑

▶ 梅根•罗斯（Megan Rose）是一位要价较高的广告模特。不过，由于我愿意提供一份可用于推广的照片CD，她同意接受的价格几乎为通常费用的一半。

▲ 使用Clone Stamp（仿制图章）工具（不透明度为20%），去除皮肤上的斑点和阴影。



▲ 拖拽直方图右边的滑块来调整色调水平。



▲ 将前景颜色设置为黑色，背景设置为白色，使用Gradient Map（渐变映射）将图像转为单色照片。

工具一览

仿制图章
图像>调整>色阶
图像>调整>渐变映射

指导你的拍摄对象

如何指导模特或者让模特摆姿势，在人体摄影中比在普通的人像摄影中还要重要。在人像摄影中，主要是让模特表现自身或者展示其性格，除非是广告摄影——那么你会要求模特做出相应的表情和动作。对于人体摄影来说，由于拍摄对象通常不穿衣服，所以不论你是希望表达她们（他们）的某些个性，或者营造某种特定的情绪和主题，你都需要仔细引导你的模特。

拍摄前期准备

对页中主题照片的布置非常简单。让模特坐在鹅卵石上，周围是海岸上被海水冲刷的大石头。太阳高挂在头顶上，稍稍偏后，因此从石头之间照射下来的阳光十分充足。摄影师用的是28mm镜头，距离拍摄对象大约6英尺（1.8米）远，光圈为f/8，设置较高ISO (400)，因为这次要完成单色摄影。

01 展示和隐藏是马克•瓦利（Mark Varley）拍摄这幅照片的主题。模特的胳膊放得比较靠上，露出了一个乳房，掩住了大部分的脸，但是却露出一只眼睛，看向镜头。如果你的模特比较害羞，那么这种姿势是开始拍摄的好办法。

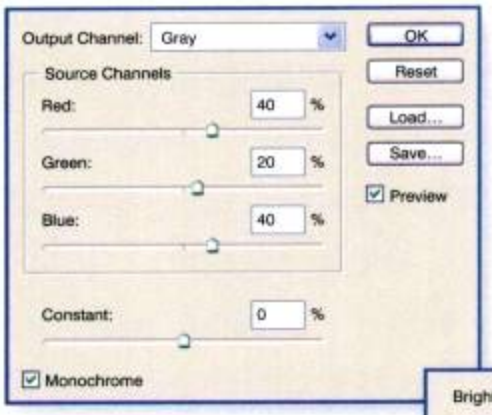
02 马克•埃德蒙森拍摄的这张照片中的模特非常害羞。她的腿置放得颇有进攻性，但请注意看她的胳膊：两个胳膊形成了动态而又互补的角度。如果你希望拍摄更为积极主动的照片，可以用模特的胳膊来形成相应的形状。

好点子

音乐是帮助模特放松的好手段，应选择令人愉悦的、轻柔的音乐。拍摄对象越是放松，摆出的姿势就会越自然。

提 示

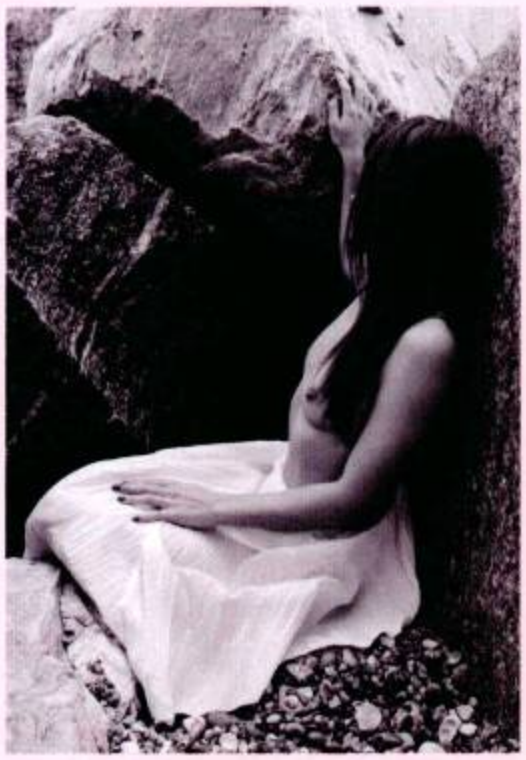
如果你发现你的模特缺乏灵感，那么可以让他或她把一系列姿势都尝试一遍。告诉他或她，姿势不好也没什么关系。如果你的拍摄对象没有那么多时间瞻前顾后，那么她或他就会慢慢进入自然的状态了。



◀ 最终的图像（下图）是以彩色拍摄的，但是准备用Channel Mixer（通道混合器）转换为黑白图像。

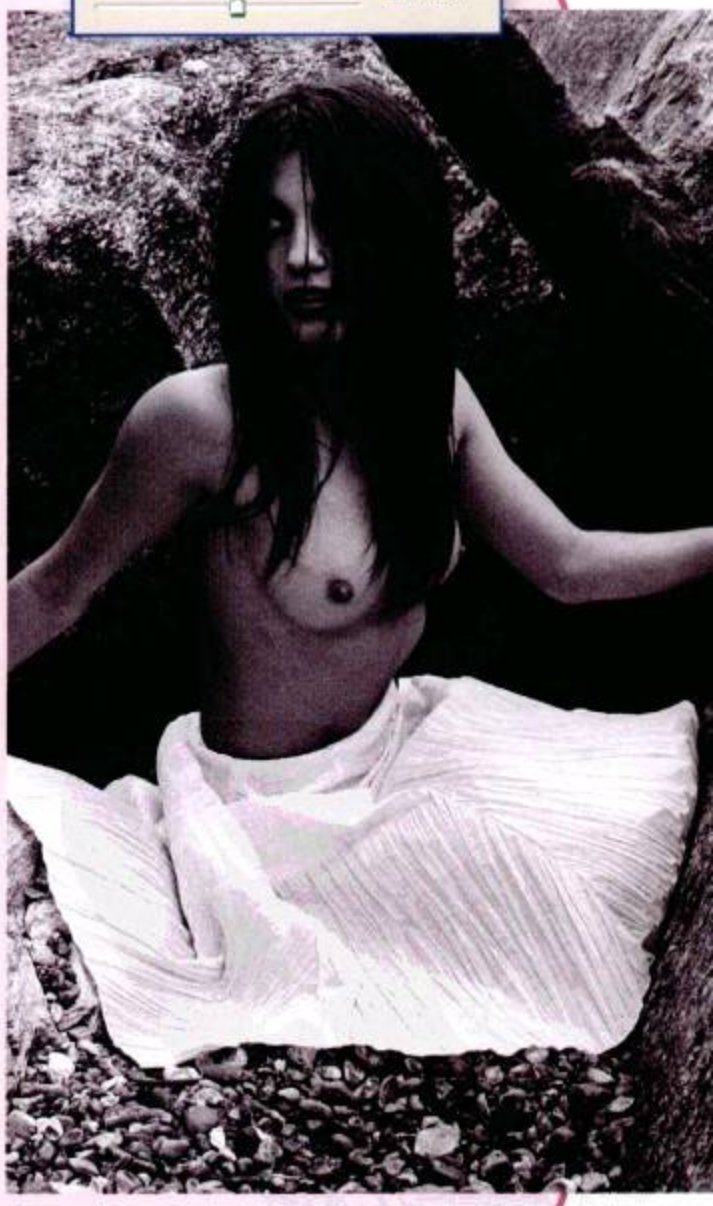
▼ 利用Brightness Contrast（亮度/对比度）来控制这两个要素，然后使用Canvas Size（画布大小）命令添加上一个黑色边框。

03 这张照片中的模特是名训练有素的芭蕾舞者，因此能够做出并保持优美的舞蹈身姿。田径运动员、体操运动员和舞蹈演员等会比许多模特都更为灵活，摄影师可善加利用。



04 上图和右图是在同一个时段拍摄的。上图是相当不成功的拍摄，模特坐在石头之间的缝隙中，不能到看她的脸——这个姿势也许会增加某些好奇感，但是几乎不会引起任何兴趣。

05 这张照片好很多：我们总算能够看到模特的脸了——尽管她并没有看着相机，但是姿势更为生动。我们甚至可以对这幅照片展开遐想：她是在躲避什么人呢，还是在玩游戏呢？



工具一览

图像>调整>通道混合器
图像>调整>亮度/对比度
图像>画布大小

表情和氛围

当你进行创造性的人体摄影时，模特的表情和拍摄的氛围很大程度上决定了照片的成败。在人体摄影中，模特没有衣服可以遮蔽——需要用心把模特与环境恰当地融合。那么，我们就需要唤起模特令人兴奋的表情（尤其是在摄影棚中拍摄时），并营造微妙的氛围。氛围常常可以通过用光来改变，我们将在后面讨论这个问题（参见第5章）。专注于传达与你所营造的情境相匹配的表情，你就会拍摄出更动人、更有力的照片。

提 示

在有许多阴影和光斑的地方拍摄模特时，可以使用中央重点测光模式，以消除拍摄对象皮肤上的光斑。这可以确保很多细节不会丢失，同时又可以保留大部分的阴影。

01 尽管在许多艺术人体照片中模特看起来喜怒无常或者表情严肃，但是让你的模特微笑总是不会错的——这同样会有不错的效果。

拍摄前期准备（第4步，对页）

此时惟一的光源来自于窗户，使用50mm镜头全开光圈，达到f/1.8，快门速度达到了1/60秒，对于手持相机拍摄来说足够快了。模特与光源成一定角度，因此光线从她的一侧照射过来，使她的脸成为照片的焦点。光圈较大，使景深较浅，从而让身体下部和背景都位于焦点之外。

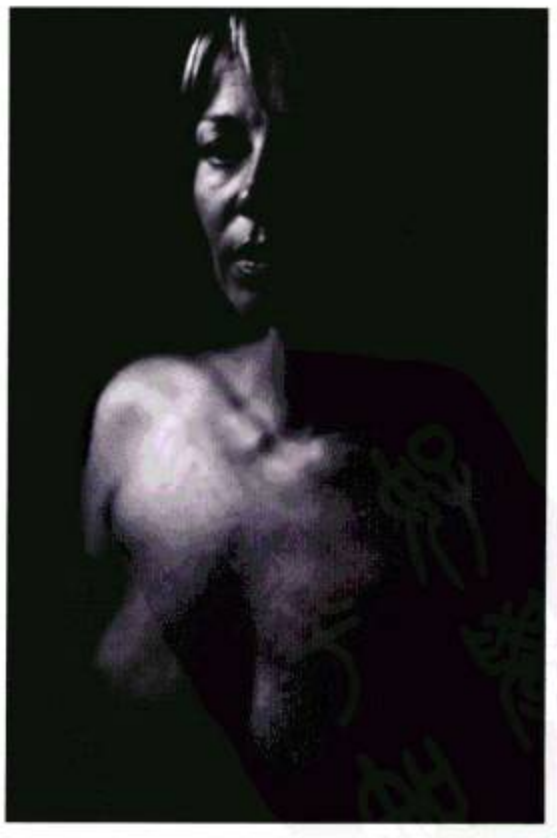
好点子

如果你希望让某个人看起来悲伤，就让她们（他们）向下看，或者看相机的某一侧，这样会让她们（他们）显出更深思熟虑的表情。

02 模特可以表现出蔑视的表情，或者显得个性十足，但不要表现出挑衅的样子。这个模特摆开了架势，还在抓头发，但是由于她没有看相机，所以没有给人挑衅的感觉。

03 由于光线暗淡，这张照片传达出某种氛围。这是在一座破旧的小修道院的废墟中拍摄的，背景中有装饰华丽的窗子。光线由窗户倾泻而入，模特出现在从取景框之外的窗口照射过来的光线通道中。十字架和布料为照片增加了宗教的氛围，使用Photoshop中的DiffuseGlow（扩散亮光）滤镜效果进一步强化了这种气氛。

04 这幅照片拍摄的是年纪较大的模特，从她的脸上能够看出其性格。她所在的位置使得她的整个躯体都富于光线和阴影的对比，还有光点照在她的脸上。经过对比度调整，阴影和皱纹都有所加强，使这个模特看起来显得若有所思，脆弱，还有点厌世的感觉。



工具一览

图像>调整>渐变映射
图像>调整>曲线
滤镜>扭曲>扩散亮光
滤镜>纹理>颗粒

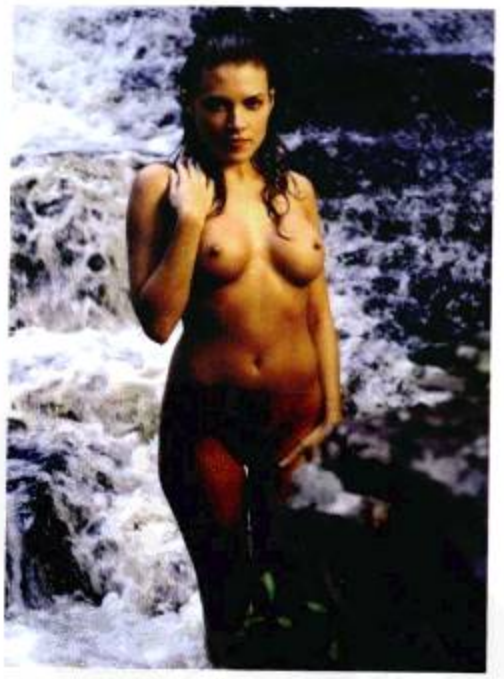
拍摄照片序列

你会出于很多原因去拍摄一组想要的照片。如果你拍摄了一张照片并且认为你已经得到了你想要的，那么你可能错过了下一次更好的拍摄，或者说至少错过了不同的拍摄。在你布置的场景中，变换不同的方式进行拍摄总是个好点子。额外的拍摄不仅有可能拍出不错的作品，还可以让你获得更多的实践经验。对于数码摄影来说，额外的拍摄不需要花费任何成本。拍摄照片序列的另一个原因，是当你在拍摄一个活动时，只有显示出不同动作的多张照片才能完整表达整个过程。无论如何，多拍摄总是有好处的。

拍摄前期准备

这组照片表达的是模特在瀑布下戏水。相机的位置在20英尺（6米）之外，放在她上面的岩石边上。右侧摆放了一盏便携式钨丝灯进行补光，模特显现出温暖的表情，尽管水比较冷。使用的是28–200mm变焦镜头，因此能够拍摄某些特写镜头。设置了较快的快门速度，定格了水的流动状态。

01 在第一张照片中，变焦设置为广角端，让模特出现在环境中，远处是瀑布。



02 现在镜头拉近了，构图更加紧凑。相机的位置也移动了，岩石平台的边缘显现出来，而模特看起来像是在躲避相机。

提 示

与你要拍摄的对象拉开距离，使用长焦镜头，比如200mm镜头，从50英尺（15.2米）之外拍摄。这种做法可以拍摄出更为自然率真的照片。

好点子

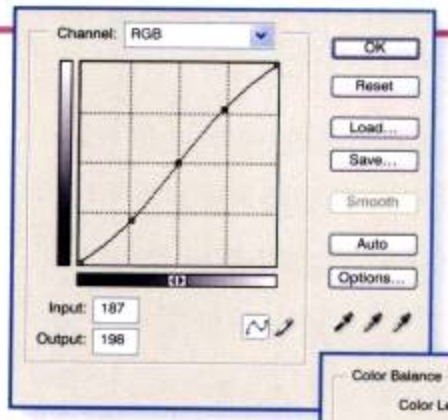
拍摄前需要检查一下你所要拍摄的环境。在这个例子中，摄影师围绕着模特移动比让模特在快速流动的水边移动更为安全。

03 当在你在周围不断移动以拍摄出清晰的照片时，理想的情况是让模特始终位于取景框中，并无视相机的存在。但是，你通过不断移动和变换焦距，可以获得更多不同表情和状态的照片。

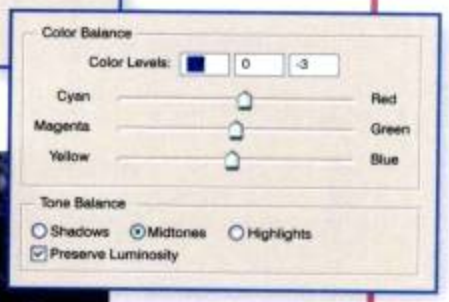
04 这张照片是在长焦的设置下拍摄的，是一张特写照片。模特径直回看着相机，从而形成更直接、更具有挑战特征的作品。

照片编辑

▼ 最后，拍摄位置又变化了一次，这次没有高出模特很多。拍摄距离的拉近使构图比较紧凑，但是仍能把背景包含在内。侧面照射来的光线在模特的身上形成了令人愉悦的黄色光辉，模特则呈现出一副撩人的姿态。



◀ 使用Curves（曲线）命令将暗部再加深一些，并增加亮部的亮度。



▲ 使用Color Balance（色彩平衡）命令增加画面红色和黄色，从而让模特的皮肤色调变得更暖。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>色彩平衡

围绕着你的对象拍摄

为照片序列增加变化的方法是围绕着对象移动，从不同的距离和角度进行拍摄。这种方法在拍摄外景时效果最好，而在摄影棚中就达不到这种效果——背景是固定的，光线也是设定的。在拍摄外景时，你可以围绕着对象进行拍摄，寻找有意思的角度和光线，还可以让拍摄对象本身移动，这样他们（她们）周围的环境就会发生变化。

拍摄前期准备

拍摄这张照片使用的是富士数码单反相机和28～70mm短长焦镜头。从窗外照射进来的光线非常明亮，将光圈开到最大，使用这种长焦变焦镜头，在光圈为f/3.5～f/4.5时，快门速度达到1/60秒。如果你能够端稳相机，这个速度应该足够了。

01 拍摄开始时，模特坐在床上，朝着光源看转过去。光线照亮了她的一侧身体，另一侧处在阴影中。

02 现在，由于模特面对光源坐立着，她身体的前面和后背形成了对比：前面由光线直射且只能看见少部分身体，而后背则处在阴影中。

03 不要担心进程太慢，尽量尝试不同的焦距，尽可能地展示环境的各个方面。尽管这种照片并不需要在模特的头顶上方留出太多的空间，但是床和墙已经为模特提供了很好的取景范围。

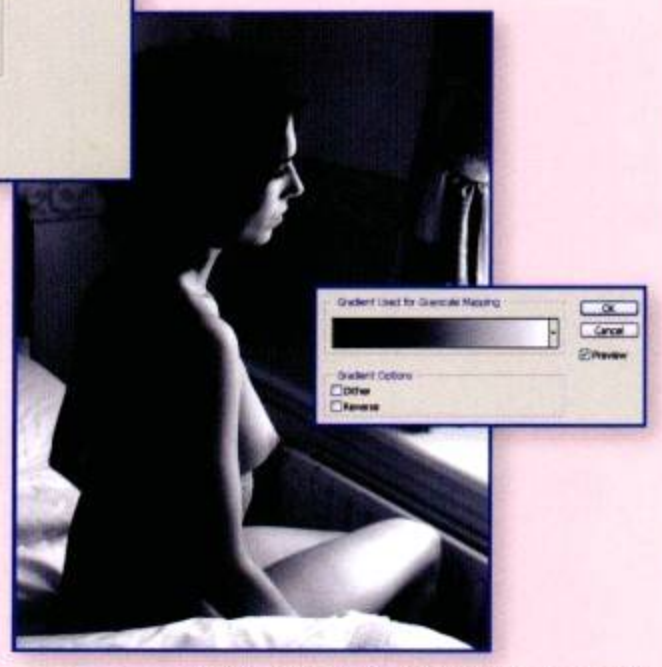
好点子

如果你想要改变角度，可以先靠近然后再退后，所以更好的做法是使用短长焦镜头而不是定焦镜头。这样，你在比较受限制的区域中拍摄时能够获得更大的灵活性。

照片编辑

▲ 围绕着对象从多个角度进行拍摄，然后对照片进行适当的剪切，可以获得更有视觉冲击力的效果。原始的照片是让模特坐在画面中间，剪切后模特坐在画面左边，迎着光线远望。

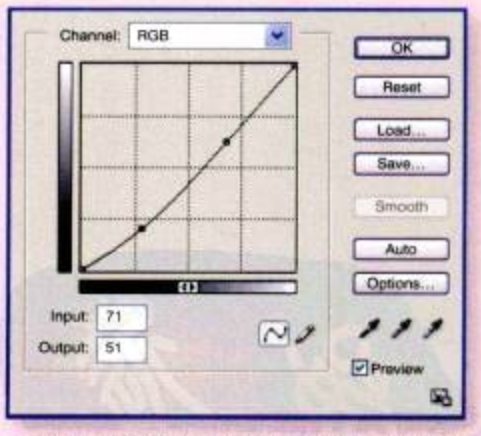
▲ 剪切之后，可以使用某些插值软件来增大图像的尺寸，提高其分辨率以便冲印。



▲ Gradient Map（渐变映射）命令可以把彩色图像转换黑白图像的好方法，速度很快，它形成的图像的色调分布均匀。

04 这幅照片中模特坐在椅子上，焦点在她的背部，我们在镜子中能够看到她的前身。在这种情况下，你需要调整角度，以避免拍摄到自己在镜子里的成像。

05 模特侧转过来朝向光线，在她的前部形成了亮部和暗部区域。她的头歪向一边，传达出疑问的表情，而画面中大面积的阴影增加了神秘感。



▲ 所得到的单色图像色调均匀，但是还是要使用Curves（曲线）命令将阴影和中间色调加深，从而显得更加情绪化。

工具一览

图像>裁剪工具　　图像>调整>渐变映射
图像>图像大小　　图像>调整>曲线

作业：抓拍

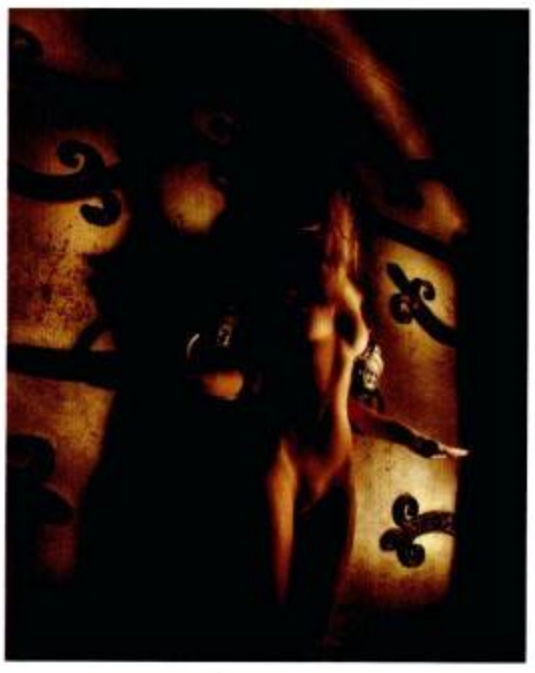
艺术人体摄影中抓拍的概念引出了许多有意思的问题。从概念上说，抓拍是一种摄影类型，拍摄对象并不知道有人在拍摄他们（她们），还在自然地做自己的事情。而对于人体摄影来说，如果严格运用这个定义的话，那么摄影师可能会涉嫌侵犯个人隐私。所以，我们在这里谈论的其实是抓拍风格的问题。你所面临的任务是拍摄出一组照片序列，反映出拍摄对象与环境的互动，但是拍摄对象根本没有意识到摄影师的存在。其中没有明显的摆拍，拍摄对象与相机没有目光交流。

拍摄前期准备

这组照片由比昂•奥尔森（Björn Oldsen）拍摄，照在模特身上的光线是从上面的窗口中投射进来的。镜头焦距为50mm，从距离模特6英尺到20英尺（1.8～6米）之外拍摄。设置f/5.6的光圈以获得一定的景深，并允许进入足够的光线来应付这种在暗淡条件下的拍摄。

提 示

需要模特在一定程度上与环境互动，而你又不希望把这种互动处于焦点之外，所以应避免使用很大的光圈。



01 起初模特背对着门摆姿势。这是比较简单的人物形象，要求模特避免与摄影师的任何明显互动。

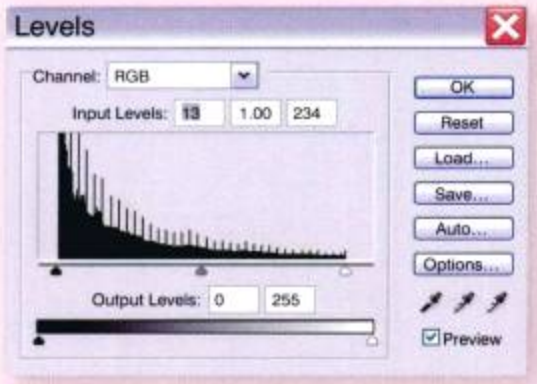
02 在这幅照片中出现了一种模糊性，加强了照片的意境。模特是在表演杂技吗，还是在想方设法把门打开呢？不论如何，拍摄这个动作都符合作业的要求。

好点子

如果模特觉得很难摆脱摄影师在身边的事实，那么就给他们（她们）找点事情做，可以提供一个道具，使他们（她们）就把注意力集中在道具上，而忘记相机的存在。

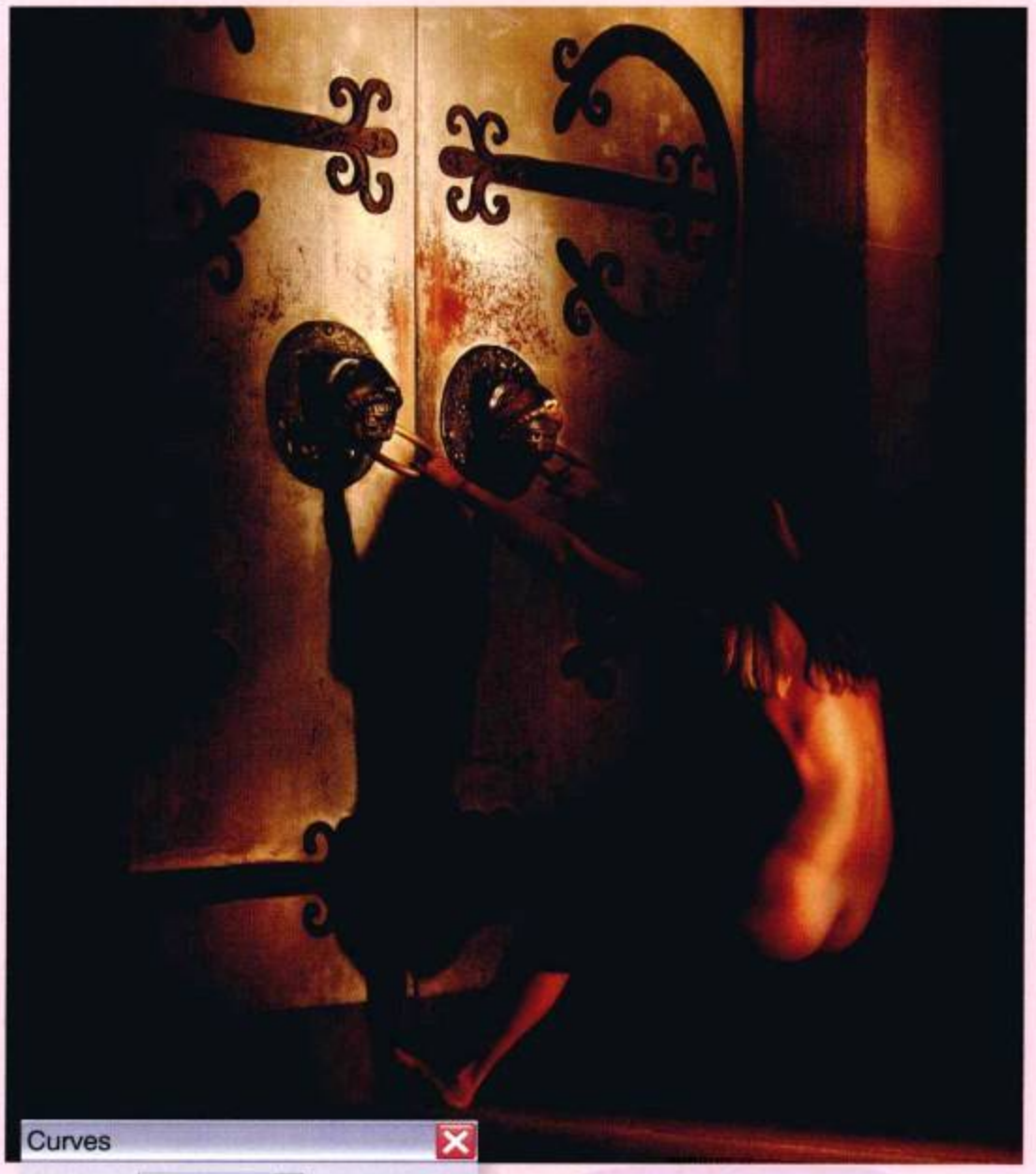
照片编辑

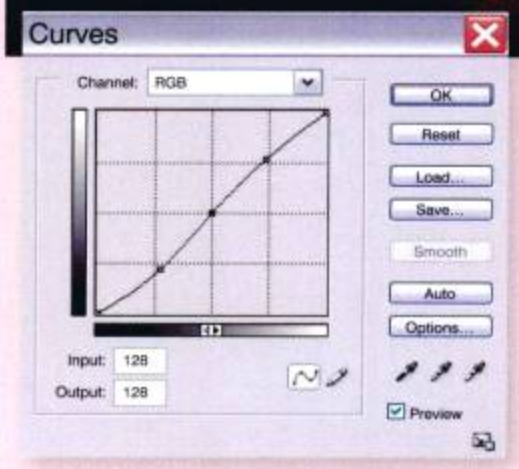
▶ 这张照片是这次作业中最好的，给观众留下的疑问是模特究竟是要竭尽全力打开门来逃跑呢，还是从门后抵住门以免其被人打开？大厅内有一扇门被略微打开，让一束狭窄的光线照射在模特身上和地板上。



▲ 对Levels（色阶）进行调整，使用图像整个色调范围，因为原图色调略显平淡。

03 从艺术的角度说，这是一幅令人满意的作品。模特的头垂着，手臂完全展开。





▲ 使用Curves（曲线）命令将阴影部分加深，从而让照片显得更加神秘，同时把亮区提亮。

▲ 最后，使用了Hue/Saturation（色相/饱和度）命令加重黄色，提高饱和度，从而使得照片的色调更暖。

工具一览

图像>调整>色阶
图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度

3 人像风格

改变拍摄距离会对照片想要表达的情绪和意图产生何种影响呢？关注目光交流对画面产生的影响，并尝试使用广角镜头和非同寻常的拍摄位置。借助道具，思考应在何时聚焦于某个局部以便产生抽象效果。一旦你掌握了相关的规则后，你就可以打破这些规则以获得更多的效果。

▲ 图像长度。尝试不同的图像长度以便让你的人体照片产生变化和不同的表现效果。

▲ 背面视图。从背后拍摄，以便展示体型和头发的细节。

▼ 作业：图像长度。选取不同的图像长度拍摄序列照片。

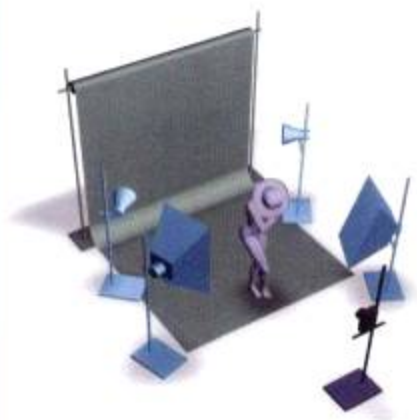
▲ 作业：身体局部的抽象表现。这组拍摄任务是表现身体的各个局部。

图像长度

在普通的人像摄影中，图像的长度决定了拍摄对象的状态以及要使人们保持对照片的兴趣所需要的创造力。人体摄影也适用同样的规则，但是你需要对这些规则有所取舍。不过，如果你是从最基本的拍摄入手，那么你就可以逐步将这些规则融会贯通，并知道什么时候可以完全忽视这些规则。

拍摄前期准备

这是为对页照片所做的布光，目的是拍摄四分之三身体。拍摄对象正对着镜头，低着头，脸被头发遮住，手臂的摆放也很讲究。带有柔光箱的主光源设置为f/11，在画面左面；补光设置为f/9.5，在右面。两个无遮挡的闪光设备朝向背景，设置较高功率，采用f/16，将背景照亮为白色。镜头长度大约为50mm，拍摄对象站在6~10英尺（1.8~3米）之外。为了配合主光，光圈设置为f/11，快门速度为1/125秒。



成功的剪切

人体摄影作品可以通过我们的剪切而表现出不同的效果。通过强调画面对角线以及拍摄对象与取景框的关系，可以得到动感的身姿。你也可以进行大胆的剪切，专注于细节的表达和身体的某个局部形状。

◀ 西蒙•扬（Simon Young）的这张照片在模特身体上使用了强烈的光线，然后让模特的脸转过去，掩藏在头发和阴影之中，增加了照片的神秘感。

▶ 在人体摄影中，你可以进行大胆的剪切。在这张照片中，马克•埃德蒙森将焦点对准模特的臀部。模特戴着一个很炫目的指环，其抢眼的闪光为臀部提供了视觉焦点。

好点子

如果你做好了拍摄某个身体长度的准备，那就先完成它，然后再去调整场景，找到能够重新引起兴趣的拍摄办法，无论是改变用光还是改变模特的身姿。

全身长度

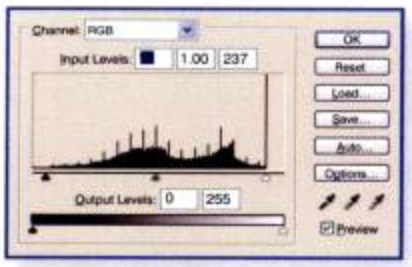
拍摄典型的全身照片要么要求模特的身体完全融入到环境中，展现真实而有型的姿态；要么极其简约，完全专注于形体的表现。此时，手和脚都进入拍摄范围，要确保手脚的动作看起来自然。

拍摄全身照片并不要求拍摄对象总是站着，也不一定要采用常规的角度。罗伯特•金（Robert King）让模特在画面中呈对角伸展开来，拍摄出了一幅富有动感的照片。

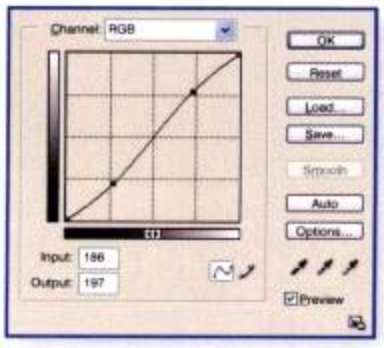
四分之三

四分之三长度是在人像摄影中最容易拍摄的，因为你不用担心脚的问题，而且是背景与拍摄全身照片相比，介入的程度没有那么高。在一定程度上，这对于人体摄影也同样适用。但是由于拍摄都是在摄影棚中完成，几乎没有背景可言。这就需要摄影师利用好光线和模特的姿势。

▲ 这张四分之三身长的照片表现的是模特躺在椅子中时的姿态。摄影师故意未将拍摄对象的头纳入取景框，从而将观者的注意力集中在她的身体上，而不是表达其个性。



▲ 使用Levels（色阶）命令，移动上面的节点以确保背景为完全的白色。



◀ 然后使用Curves（曲线）命令，为图像增加一点对比度。

▶ 这就是左页布光图所对应的照片。这是一张经典的四分之三身长照片，采用了非常标准的用光，背景为全白色。为了引起观者的兴趣，摄影师西蒙•波尔（Simon Pole）让模特用帽子遮挡住脸，同时让她的手臂保守地遮住身体特征。

工具一览

图像>调整>色阶
图像>调整>曲线
图像>调整>通道混合器

作业：图像长度

本次作业探讨的是如何拍摄身体不同长度的照片。为了给图库提供符合规格的图像，你要使用同样的用光对同一位模特进行一系列不同身长的拍摄。你需要使用同一种用光和主题概念拍摄多种姿势和身长，这样潜在的买主才可以有更广泛的选择。你必须布置好光线并确定模特可以移动的区域，完成一系列全身、头和肩以及四分之三身长的拍摄。

拍摄前期准备

此处的用光看似简单，实则不然。将一个闪光设备和一个小柔光箱悬挂在模特上面大约5英尺（1.5米）高的吊杆上，光线从上而下照射。在模特站立的时候进行测光，因为此时身体的亮度最大。设置背景为黑色，让光源和模特距离背景足够远，确保没有光线溢出。使用50mm的人像摄影镜头。你需要不断调整位置，从6英尺（1.8米）（拍摄头和肩）远到15英尺（4.5米）远（拍摄全身）。

01 这是表现全身的照片，展示了模特的神情和姿势，模特盘腿坐着，高度有所降低。模特仰头对着灯光，显示出疑问的表情。

02 从纯艺术的角度说，这是一幅令人满意的照片。模特的头垂下，手臂完全伸开，表现出伪宗教的姿势。

好点子

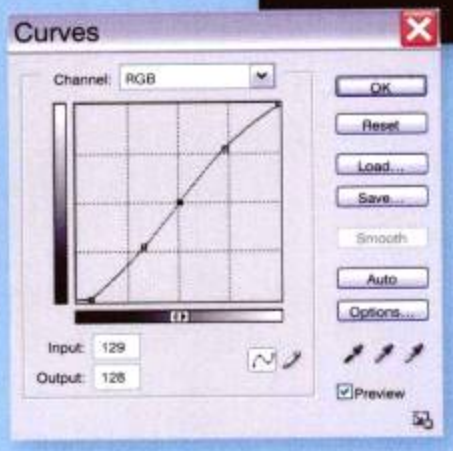
光线距离环境越远就越弥散，强度也越低。由于光线弱，那么就选择让模特伏在地上，使看起来显得低沉。相反的，也可在地面高度拍摄，尽量开大光圈使画面更明亮。

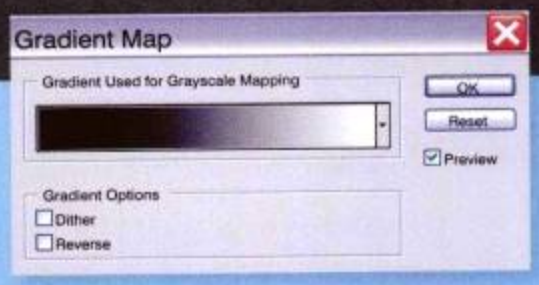
照片编辑

◀ 虽说只是要拍摄头和肩，但是并不意味着你得到的效果在意料之中。此处表现的关键是模特的头、肩以及她的手指。这是一张低调照片，专注于氛围的营造。

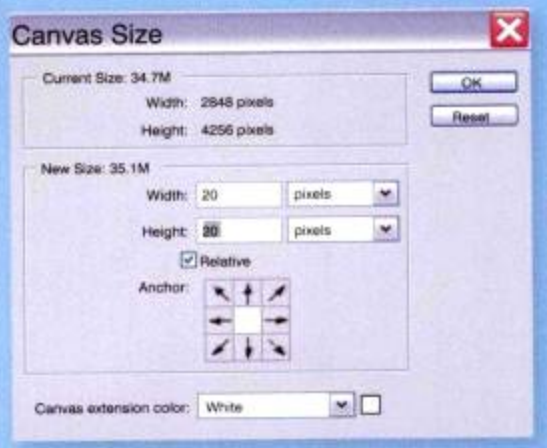
▲ 首先，设置Clone Stamp（仿制图章）工具，将混合模式加亮，不透明度设置为100%，除去皮肤上的斑点。

►▼然后，使用Curves（曲线）命令增加阴影的暗度，尤其是地板上过于明亮的区域。

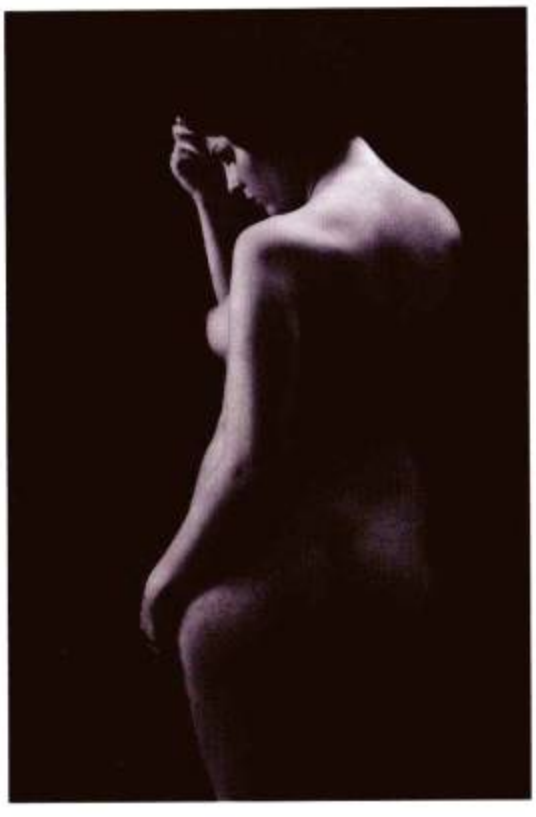




▲ 使用Gradient Map（渐变映射）命令将照片转换为单色。



▲ 最后，使用Canvas Size（画布大小）命令来添加笔尖般细的白色边界，然后再添加略粗一些的黑色边界。

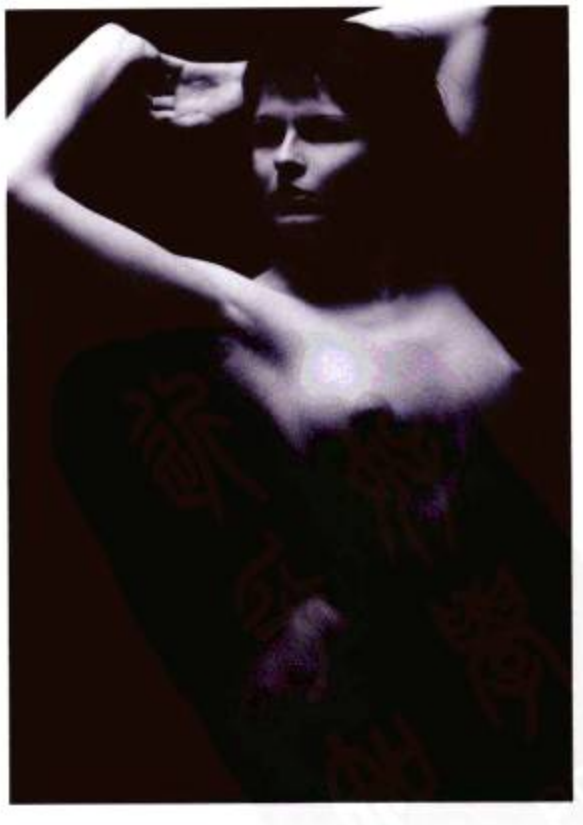


03 这是经典的四分之三身长的照片，身体扭转成一定角度，双腿面对镜头显得扁平。亮区分布在肩部、手臂以及胸部。

提 示

为了获得不同的图像长度，一个有吸引力的做法是使用短长焦或者广角变焦镜头。但是只要你一靠近拍摄对象，马上就会出现变形的问题，所以还是需要你自己多变换位置。

04 这一张的身长比四分之三身长略短一些。由于照片上方的光线比较亮，模特利用自己的胳膊和身体摆出了更加富有动感的姿势。

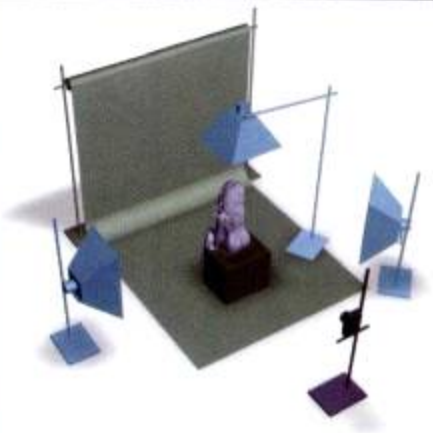


工具一览

仿制图章工具
图像>调整>曲线
图像>调整>渐变映射
图像>画布大小

背面视图

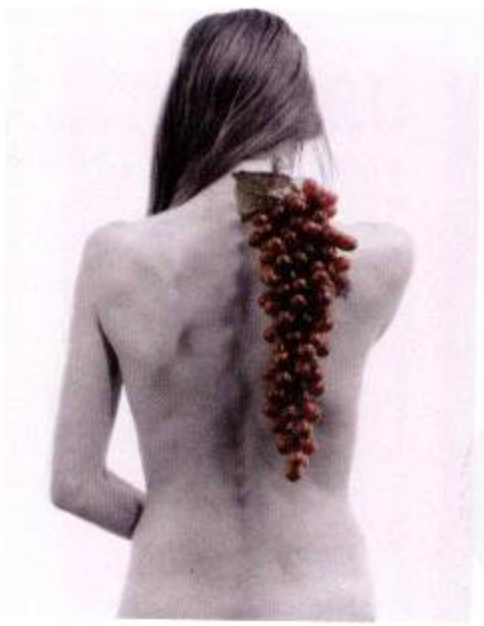
从人体模特的背后进行拍摄时，画面的神秘感会增加，因为他们（她们）从相机前转过身去。从摄影的角度看，背、腿和臀部都是重要的表现区域，但是即使模特的头转向一侧，也可以将其纳入拍摄范围。其挑战在于，要用较少的元素表现更有创造力的画面。



拍摄前期准备

对于右页的主题摄影来说，使用的镜头为50mm标准镜头。摄影师站在约10英尺（3米）之外，模特坐在长沙发上，面对着织物背景，但是头转向右侧的主光源方向。主光高度与相机齐平，设置为f/8。模特的左边使用了补光照明，但是功率要低得多，设置为f/4。在模特的上方用了轮廓光，也设置为f/4，用来加亮微弱的亮区。

01 这是直接拍摄的照片，模特面对着光线充足的墙壁，相机与模特保持水平。模特的背由主光照亮，她利用胳膊和头发摆出一个造型。以此作为起点，然后再寻找其他的角度。



02 这张高调照片是由马克•瓦利拍摄。模特的头低垂，让画面显示出柔和的一面。在模特的肩上有一串葡萄，与脊柱形成对照。为了让葡萄显得更为突出，它的颜色被保留了下来，而图像的其他部分都被转换为单色。

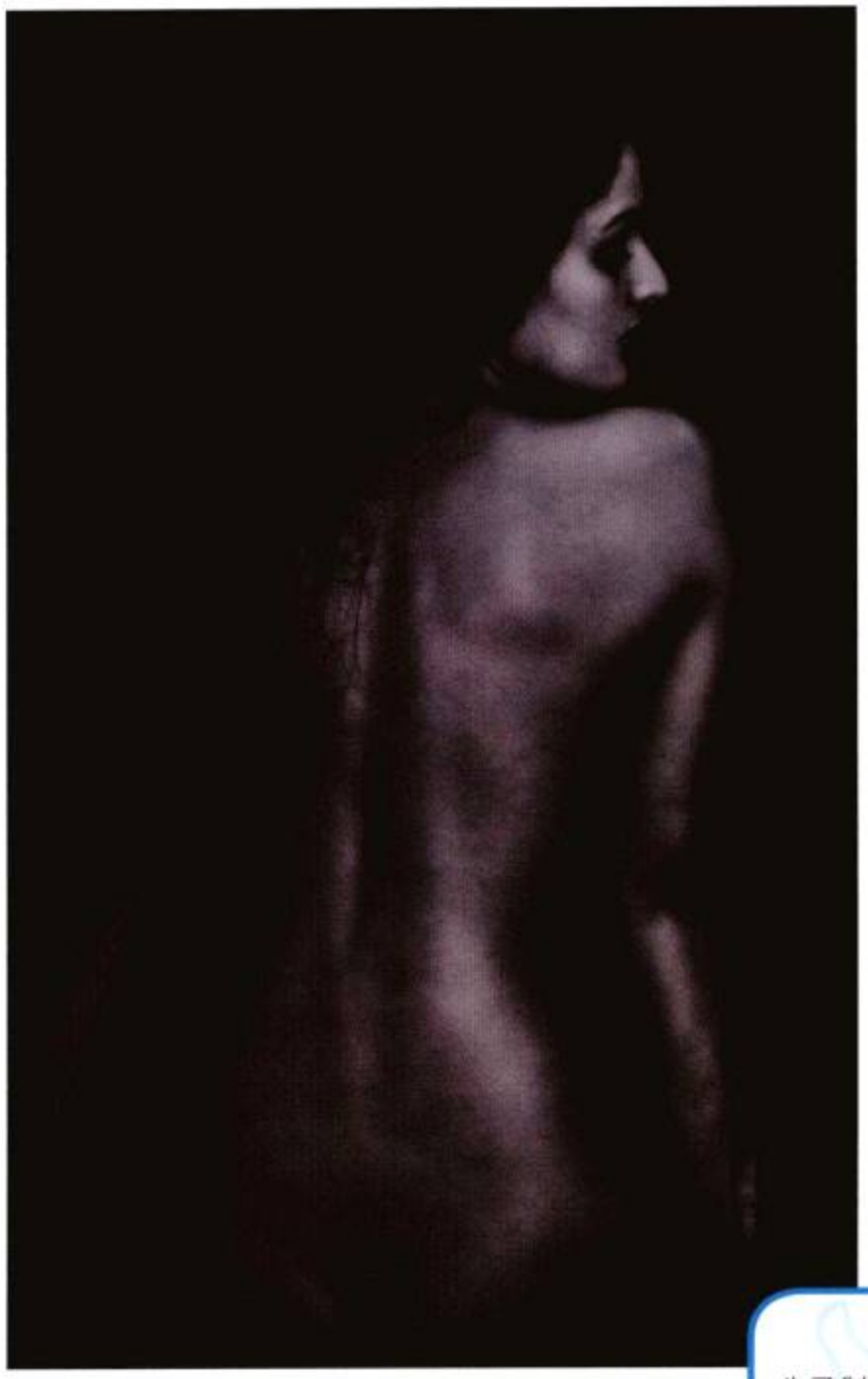
03 从模特背后拍摄，并不意味着你无法调整角度和镜头。这张照片使用了广角镜头，从地板上向上拍摄。这样会让腿显得长，并将人物放入两种色彩的背景中。

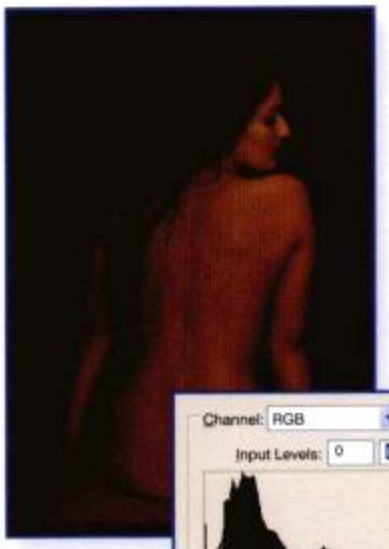
好点子

如果你坚持使用摄影棚中的闪光设备，那么要对着墙壁、天花板或者反光板照射，将光线反射到拍摄对象身上，从而形成柔和的明暗过渡。

照片编辑

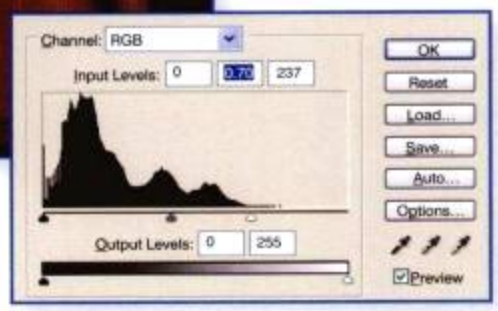
▼ 在这张照片中，模特坐在长沙发上，头转向相机，从而与观众建立起了互动。在对页的“拍摄前期准备”中说明了用光设置，这样设置的意图是要赋予照片一种经典的感觉。

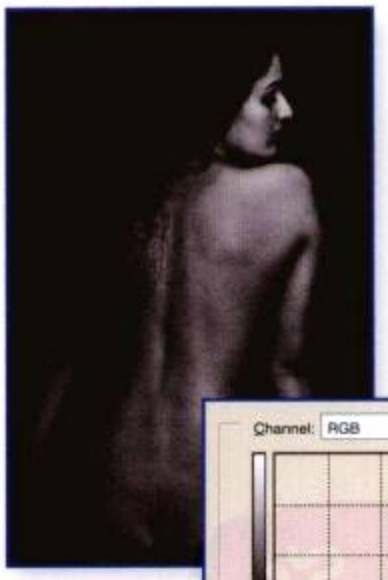




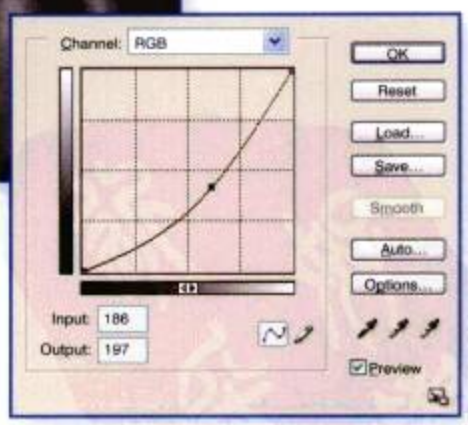
◀ 首先，对图像进行裁剪，收紧构图。

▼ 然后，使用Levels（色阶）命令扩展画面的色调范围。





◀ 使用Gradient Map（渐变映射）命令，将图像转换为单色。



▶ 首先，对图像进行裁剪，让构图收紧。

提 示

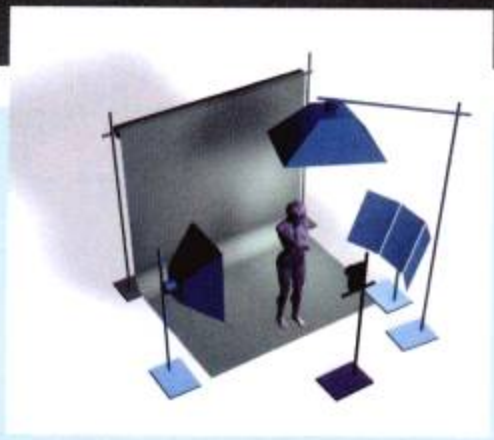
为了制造一种情绪低沉的效果，你需要使用足够小的光圈，以免周围的任何光线进入。你可以将闪光灯的功率设置得较高来帮助实现这一目的。

工具一览

裁剪工具
图像>调整>色阶
图像>调整>渐变映射
图像>调整>曲线

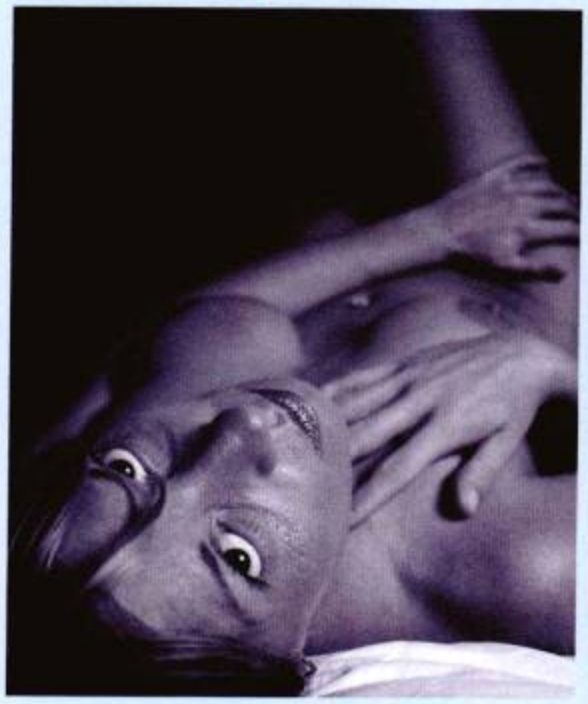
进行目光交流

尽管许多人体照片都给人神秘、淡漠和抽象的感觉，但是你也可以通过与拍摄对象与观者的目光交流而让观者在情感上产生共鸣。以目光交流为主，并将神态表情和姿势有效地结合，从而让三者一起传达出更有意义的效果。与观者建立联系可以形成强有力的画面，并可以在一定程度上带来亲密感。通过这种照片，你是在邀请观者与模特及环境建立联系，而不仅仅是让观者欣赏照片。

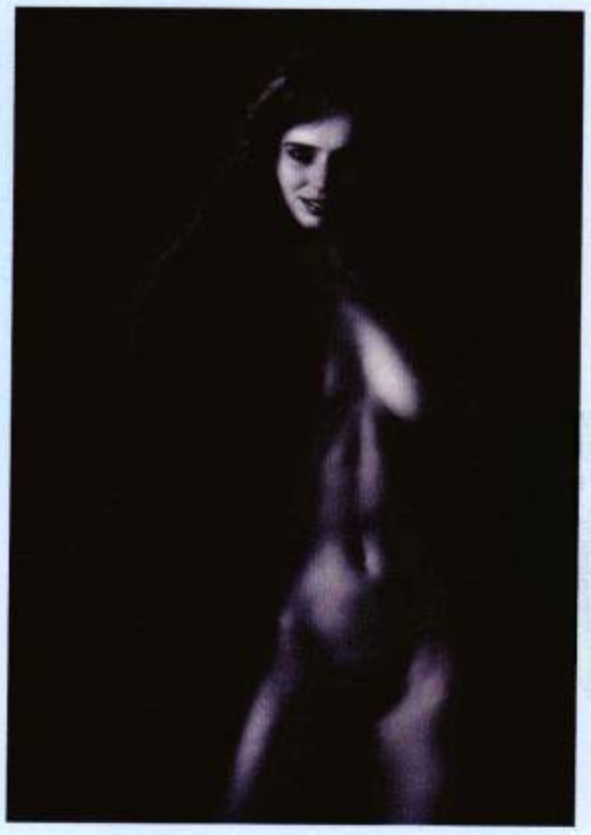


拍摄前期准备

尽管这是一张特写照片，还是使用了两个灯和一个两折反光板。人物的左边安置了柔光箱的主光，功率设置为f/11。从顶部提供较窄光线的补灯，其功率较小，偏向模特的右侧，这个光线投射到模特的头发和暴露的胸部上，而没有投射到脸上。模特的右边是一个有三块面板的反光板，用于将少许光线反射到阴影区域，另外也将光线反射到模特的脸上，否则的话脸就会太暗。相机上装了50mm镜头，在这部数码单反相机上可提供75mm的有效焦距，拍摄位置在6英尺（1.8米）之外。



01 这幅照片选取了特别视角，开大光圈，聚焦于眼部，其他部分都在焦点之外。



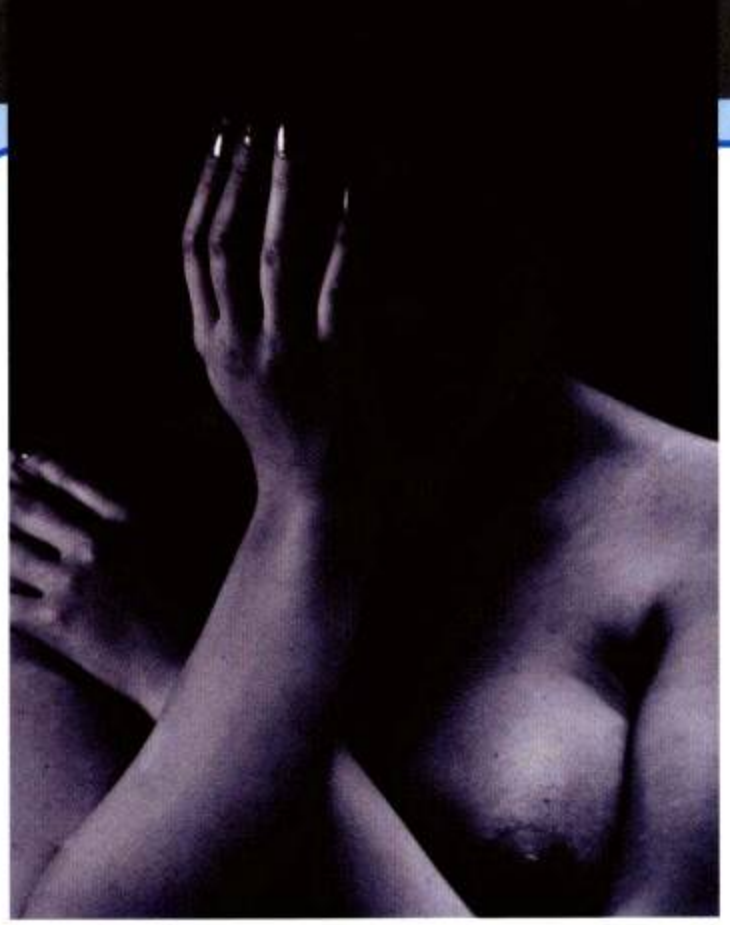
提 示

拍摄时聚焦于眼睛并使用较大的光圈，从而让照片的其他部分处于焦点之外。这使观者与模特之间产生了互动。

02 在比昂•奥尔森的这幅照片中，模特摆出了有型的姿势，表现出活力和动感。由于模特在微笑，这种目光交流使照片传达出快乐而正面的情绪。

好点子

让模特做出一系列表情拍摄同一幅照片，并让拍摄对象看看相机，然后请他或她看看别处再拍摄同样的表情，比较两组照片，看看同一机位的拍摄会有多大差别。



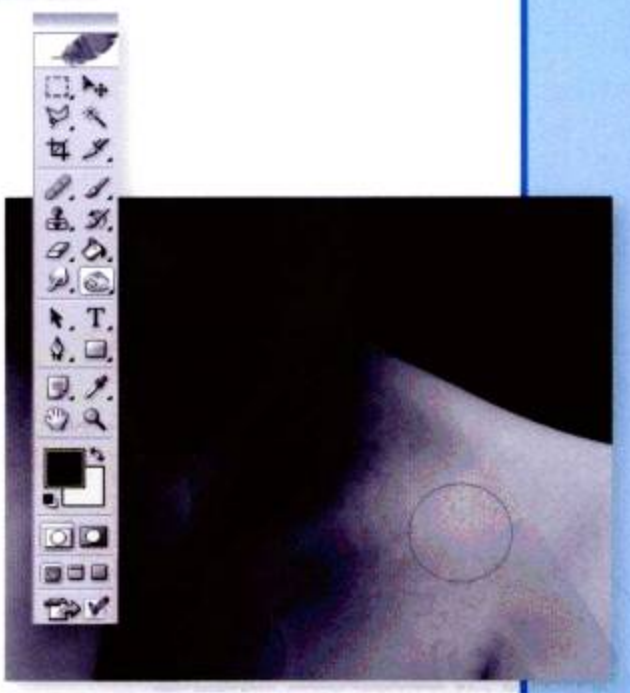
照片编辑

◀ 在这幅照片中，画面左侧的主光照射模特的胳膊和手。头顶的灯光投射到头发上，并显露出模特左侧的胸部。反光板将光线反射到模特脸部较暗的区域，似乎模特在和相机做游戏。

▲ 使用Gradient Map（渐变映射）命令，将图像转换为单色。

03 这幅照片使用了侧光，形成一种微妙的画面效果。模特直视的眼神传达出忧郁的感觉，似乎有什么故事要讲述。拍摄对象似乎想说点什么，但是又不能说或者不会说。

▲ 然后使用Unsharp Mask（USM锐化）滤镜，并将数量设置为50%，半径设置为50像素。这一做法增加了线条和边缘的对比度。



▲ 使用Burn（加深）工具让较暗的区域更深，衬托出皮肤的纹理。

工具一览

仿制图章工具
图像>调整>渐变映射
滤镜>锐化>USM锐化
加深

使用广角镜头

使用广角镜头的理由有三个：第一，如果拍摄区域太小使摄影师不可能再往后退，那么使用广角镜头能够拍摄到整个场景；第二，可以使用广角镜头将前景和背景都纳入拍摄范围；第三，可以利用广角镜头来制造某种特写效果，让拍摄对象的某些区域产生变形。

01 布莱恩•马丁（Brian Martin）的这张照片展示了使用广角镜头拍摄，涵盖了整个场景，但是没有不适当的变形。

02 拍摄这张照片时，拍摄者使用了广角镜头以便把更多的背景纳入画面中。与身体的其他部分相比，模特的腿显得很长，由于相机的位置提高了，整个效果颇为微妙。

提 示

设置为同样的光圈时，广角镜头的景深要超过长焦镜头。当你需要表现整个场景中的细节时，可以选择广角镜头。

03 斯蒂芬•海恩斯拍摄的这幅习作表明，你可以放大模特的四肢来表达某些想法，同时又可以用空间来填补构图的需要。

04 这幅照片是在地面高度上拍摄的，将相机正对着拍摄对象，使用广角镜头呈现出富有创造性的效果。模特的头低下，仿佛是放大后背上的一撮头发。

拍摄前期准备

以下是对页照片的布光图。主光在左侧，设置为f/11；补光在头顶，悬挂在吊杆上，功率设置为f/8。拍摄这幅照片时很重要的一点是要求有足够的景深。使用18mm（等效焦距为27mm）的广角镜头，聚焦在椅子的边缘。将广角镜头上移一点，将整个拍摄对象包含在内。将光圈设置为f/11，快门速度为1/125秒。

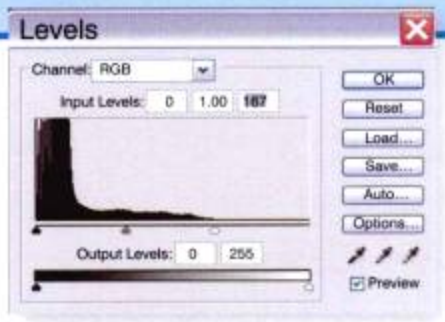
好点子

使用广角镜头时，尽量使用很大的光圈，并将拍摄对象放在很远的距离之外，聚焦于前景中的某个东西，背景中的人物将会呈现有趣的模糊状态。

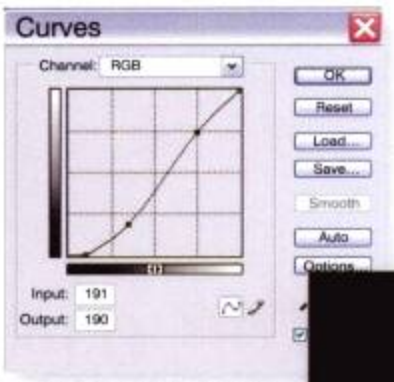
照片编辑

▼ 这幅照片利用道具来暗示一个战争年代的故事。需要一支广角镜头将椅子、道具与模特一起纳入视景，而且使它们都处在锐利程度合理的焦点之内。相机在椅子的正上方，光圈设置为f/11，模特也处在焦点范围内。

◀ 模特上方有太多空间，因此使用Crop（裁剪工具）裁切画面，形成正方形的构图。



◀ 调整色阶以便利用整个色调范围。



▲ 布景中地板上的光线太多，因此利用Curves Adjustment Layer（曲线调整图层）将其变暗。使用Layer Mask（图层蒙版），确保椅子上的相机等区域不至于太暗。

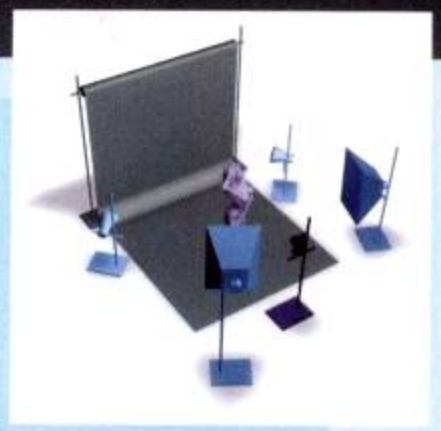
▲ 加大图像的对比度，然后复制一层。使用Gradient Map（渐变映射）命令将图像转换为单色。利用变化工具对该层添加棕褐色调，然后，对该层的不透明度调为50%。最后画面的黑白效果分明。

工具一览

裁剪工具
图像>调整>色阶
曲线调整图层
复制图层
图像>调整>渐变映射
图像>调整>变化
边缘滤镜

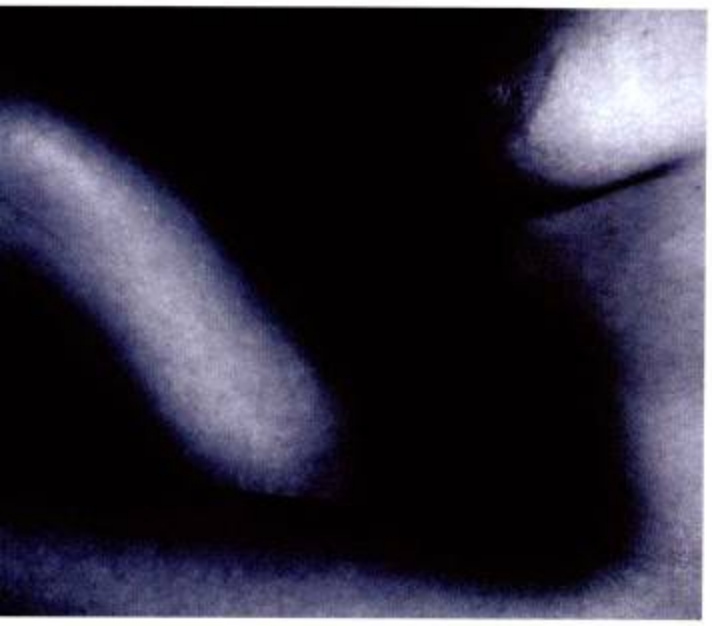
非个人摄影形式

拍摄人体摄影的优势之一在于，你可以除去人像摄影中必不可少的部分——面部、头或者身体，而只专注于形体、形式和用光的表现。没有了面部，就没有了与观者的直接交流，因此也没有了拍摄对象的互动表情。但是，摄影师必须认真设计构图，并在照片中显示人体的线条和特征。



拍摄前期准备

你可以使用50mm的定焦镜头，从而在数码单反相机上获得75mm焦距时的景深，或者可以使用短长焦镜头，这样可以提供更大的灵活性。如果使用定焦镜头，你需要来回移动，或者在后期处理中剪切图像。在名为“树”的图像中，有两个背景灯光照射白色幕布；一个主光在相机左侧，另一个补光位于右侧，功率设置几乎相同。



01 这张照片表现了一双成角度的大腿与直立躯体之间的关系。摄影师对着黑色背景拍摄，因此不会显示背景细节。

02 马克·瓦利拍摄的这幅照片表现了侧卧着的模特。光线从上面照射，传达了非个人摄影的概念。通过将模特的头部隐藏到阴影中，突显出人物的三维特征。

03 在这张照片中，主光在模特的另一侧面，阴影部分距离相机最近。模特的双腿形成不同的角度，伸向照片之外。

提 示

为了拍摄这种照片，应先布置好灯光然后变焦至近处。然后让模特摆出不同的姿势，通过观察取景器，锻炼自己的非个人摄影能力。

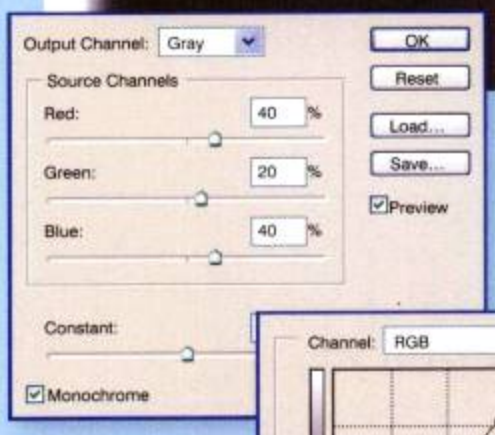
好点子

拿一张显示头和肩膀的照片做试验，通过剪切看看它能够产生什么变化，在剪切之后，你需要进行插值处理，以恢复文件的尺寸。

照片编辑

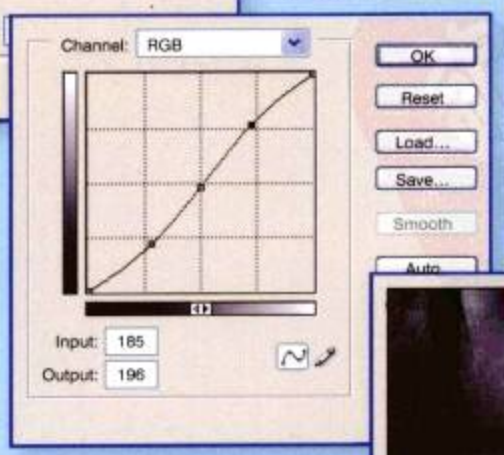
▶ 这幅照片的题目为“树”。这是一张特写照片，展示了模特局部躯体的优美曲线和垂落的头发。头发有很多缕，出现在照片的上方。尽管是这样一幅简单的特写照片，仍使用了四盏照明灯，参见对页用光图示。

04 在马克•瓦利拍摄的这幅外景照片中，我们可以清晰地看到人体的轮廓。在模特平滑的四肢背后是杂乱的背景，模特的脸隐藏在散落的头发中。



▲ 使用Channel Mixer（通道混合器）将“树”转换为单色，勾选对话框中的monochrome（单色）复选框。

▼ 使用Curves（曲线）命令略微增加对比度。



▼ 使用Unsharp Mask（USM锐化）命令增加照片的纹理，数量设置为50%，半径设置为50像素。

工具一览

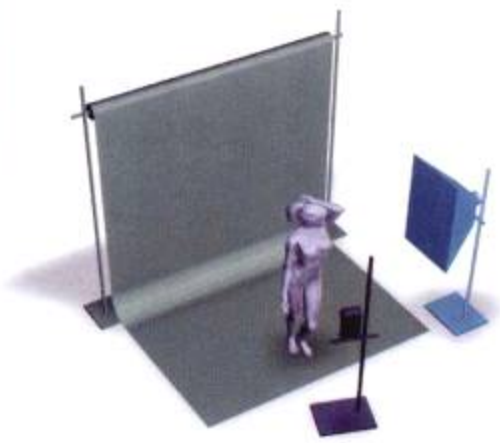
图像>调整>通道混合器
图像>调整>曲线
图像>调整>锐化>USM锐化

抽象形体

当我们想要表现抽象形体时，就不用去管模特的脸部和性格。表现这种照片的关键在于，照亮身体的某个部位并完全独立地表现这个部位，使观众只专注于形体、肌理和用光。这种作品通常是以单色呈现，因为拍摄这种照片的目的就是呈现绝对单纯的基本元素，而色彩则会成为分散观众注意力的因素。

拍摄前期准备

在对页的特写照片中，光源在模特的侧面，成45°角。使用105mm镜头，光圈设置为f/8，相机与模特的距离为6英尺（1.8米）。构图非常简单，关键在于确定光源的位置以便让其仅照射于人物的边缘。



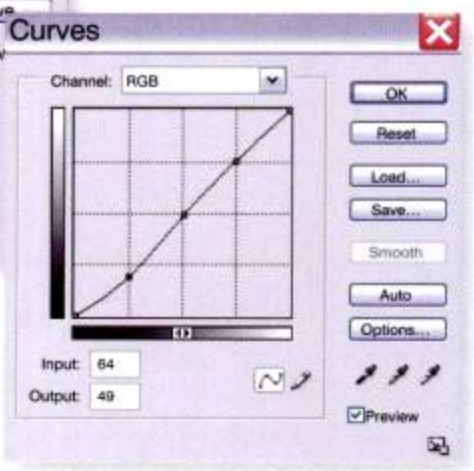
01 斯蒂芬·海恩斯在这张照片中专注于模特臀部的表现，以高调风格拍摄。放在身体上的手为照片增加了变化。

好点子

如果光线覆盖了太多的区域，那么你可以用一个档板附件来使光束变窄，或者用反光板将光束反射回去，从而改变光线的方向。

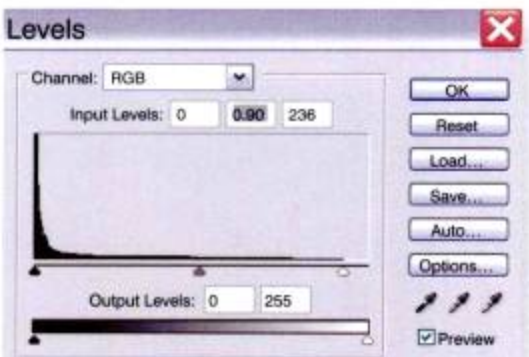
照片编辑

◀ 在Channel Mixer（通道混合器）中勾选Monochrome（单色）框，将图像转换为单色。

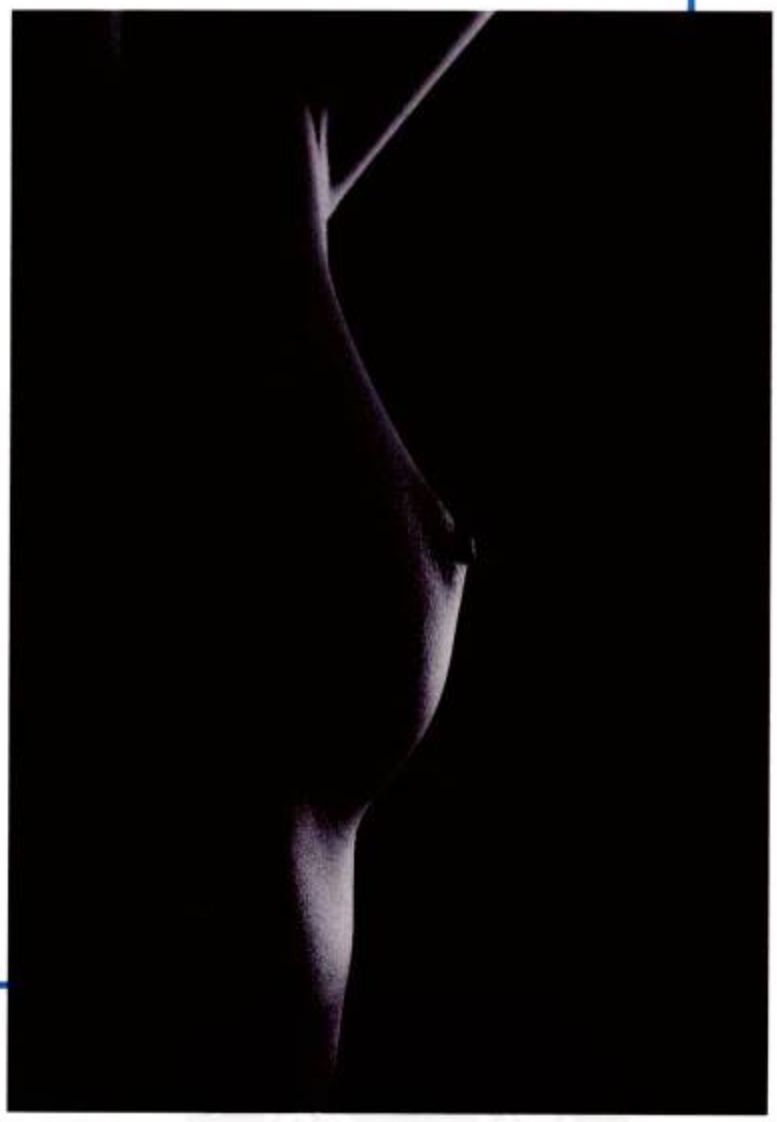


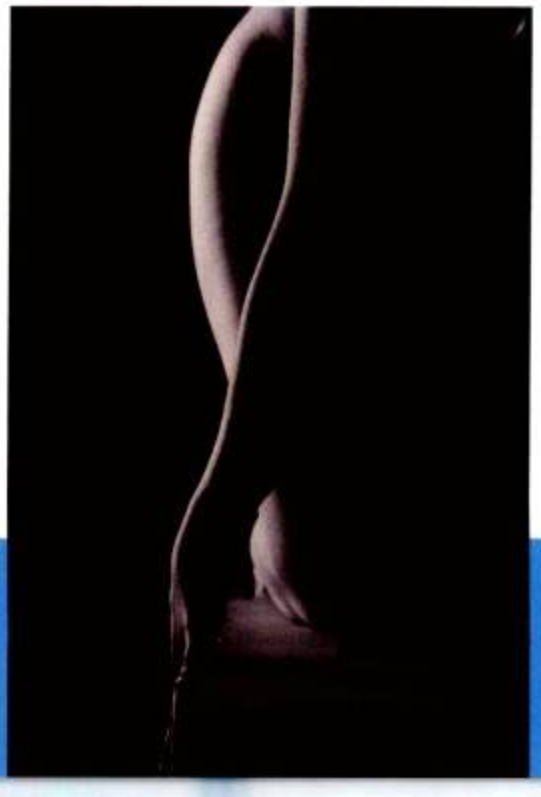
▼ 调整Levels色阶以便利用全部可用的色调范围。移动中间调滑块以确保模特的皮肤色调不至于太亮。

▲ 运用Curves（曲线）功能，锁定高光和中间调，但是阴影略有加深。



▼ 比昂•奥尔森拍摄的这幅抽象人体习作，沿着身体的边缘以微妙的用光解释了细节和形状，是一幅经典习作。他着重刻画形体以及在黑暗中揭示形体的光影。





02 这幅神秘的照片以边缘用光揭示了身体的曲线形状，由埃里克•凯勒曼（Eric Kellerman）拍摄。照片中充满了疑问，拍摄对象是要侧身通过门口，要到某个地方，还是想要阻止什么事情？照片以非常优雅的画面呈现，腿、躯体和手臂形成柔和的环形。

提 示

对于用光微妙的拍摄来说，闪光灯的位置很难准确摆放。如果有造型灯设备的话，可以更准确地定位光线和形体表达。

工具一览

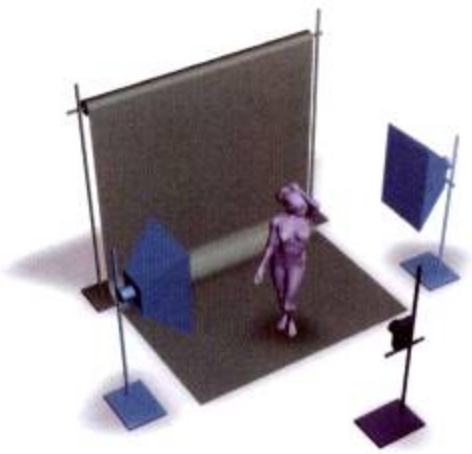
图像>调整>通道混合器
图像>调整>色阶
图像>调整>曲线

作业：身体局部的抽象摄影

这次摄影作业是要与大学生们共同完成的作业之一，任务是拍摄一系列身体的局部照片。由于模特不想被人认出来，所以不能将脸部纳入拍摄范围，从而只能专注表现身体的不同部位，努力捕捉取景框中有趣的光线、阴影部份以及身体的姿态。

拍摄前期准备

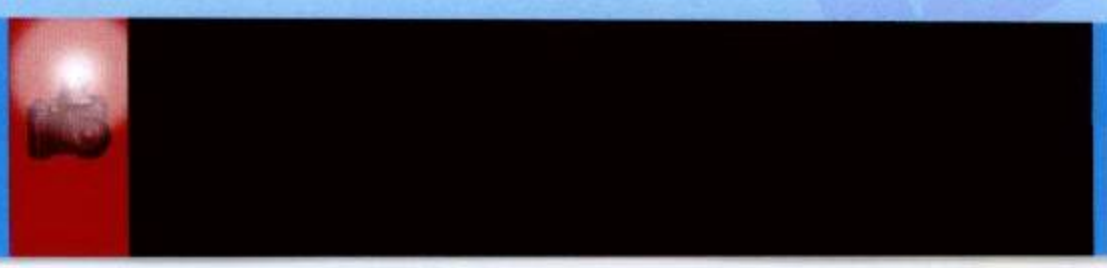
布置一个黑色的拍摄背景，在一侧摆放主光。主光位置上选取的测光表读数为（比如说）f/11。这一设置可以帮助去除背景中的任何周围光线。在模特所在区域的另一侧放置一个反光板，使之能够反射回某些光线，同时为人物的另一侧提供补光。然后，模特可以在灯光之前的区域移动并摆出各种姿势。建议使用105mm的镜头，或者中长焦镜头，这样你就能够站在10英尺（3米）之外拍摄特写照片。



01 拍摄之初比较好的做法是采用比较完全的视景构图。重要的是不要把头纳入照片中。这样，你就能够把光线汇聚到模特的身上。

02 模特旁边有一根杆，可以要求模特对着它摆姿势，这有助于增加照片的趣味和画面的结构。由反光板反射而来的光线给模特和杆提供了轮廓光。

03 将模特的头发盘起，呈现出背和肩构成的平滑的宽阔表面。

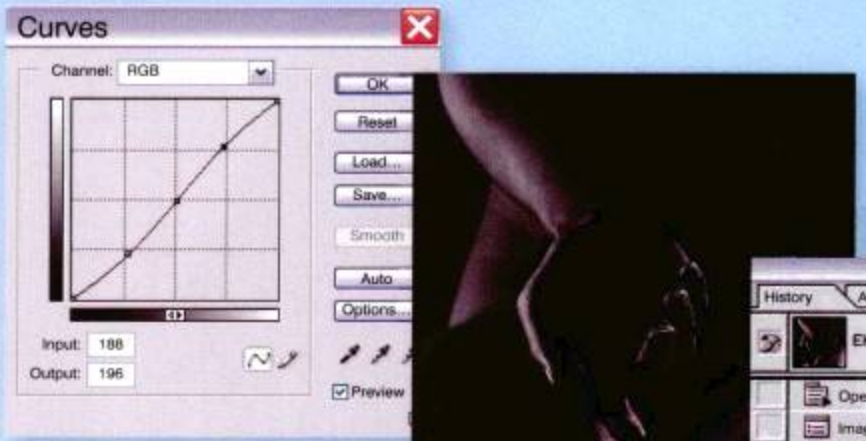


照片编辑

▶ 在这一系列照片（均由埃里克•凯勒曼拍摄）的最后一张，移近反光镜以便照亮模特的指尖。手摆放出一系列有趣的形状，与模特的腿部形成的投影相映衬。

▲ 使用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为单色。

04 这幅照片是表现臀部，重点在于手的形状与臀部构成的光影图案。通过光影形成了富有韵味的拍摄风格。



▲ 使用Curves（曲线）功能将阴影加深并将高光加亮，从而加强整体对比。

▲ 最后，使用Burn（加深）工具将图像周围的区域加暗——这些区域拍摄得略有点过亮。

工具一览

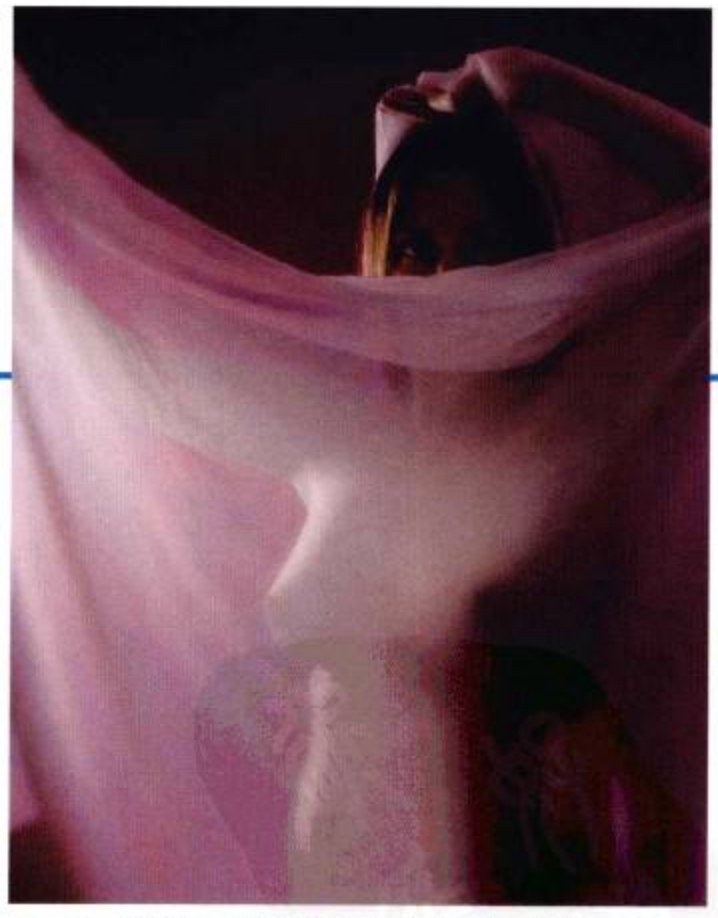
图像>调整>通道混合器
图像>调整>曲线
加深工具

使用道具

可以借助道具来让紧张的模特放松，也好让他们（她们）的手有事干。使用道具的另外原因是为拍摄现场增加一些点缀，增进其氛围或者加强构图。道具也可以摆放在拍摄场景中的某个位置，模特并不使用它。此时，道具作为装饰放置在现场。花、花瓶、油画和古董都可以作为道具使用。道具经常可以成为图像的重点，成为集中视线的重要元素，或者充当填充构图的意义所在。

拍摄前期准备

在这幅主题照片中，主光在相机的左侧，照亮了拍摄对象和布料，使照片的右侧逐渐进入阴影。模特的后脊被布料紧裹，延伸到屏幕之外。相机距离拍摄对象大约12英尺（3.6米），焦距设置为50mm。



提 示

向拍摄场景中添加道具时，需要检查它的亮度和反光程度。如果它比预料的更为醒目，就会影响拍摄场景的氛围。

01 如果你的拍摄对象比较紧张，那么就给他们（她们）个东西拿在手里。比如，这位模特手里拿着一束花，她就会放松很多了。

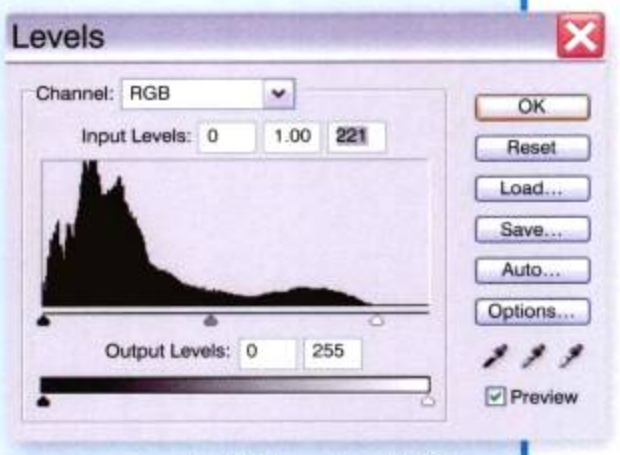
02 布料是可以任意摆弄的对象，还可以用来散射光线。正如斯蒂芬•海恩斯的这幅照片，他借助布料和用光来将注意力集中到模特的眼神上，为照片提供了一种动感元素。

好点子

在照片中添加一些小东西，以不同的道具尝试拍摄同一幅照片，然后看看哪种道具在屏幕上显示的效果最好。

照片编辑

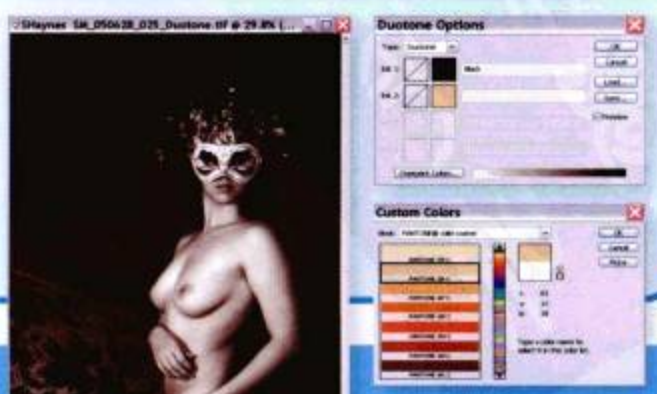
◀ 斯蒂芬•海恩斯拍摄的这幅照片使用了面具和布料，使模特脱颖而出，产生了文艺复兴或者威尼斯的画面感觉。布料紧裹着拍摄对象，形成了一幅图案；面具也提供了巴洛克风情，并遮盖了模特的脸。



▲ 调整Levels（色阶）以确保使用全部的色调范围。

▶ 图像被转换为灰度模式，抛弃了色彩信息，以便进一步转换为双色调模式。不能从RGB模式直接转换为双色调模式。

▶ 将模式转变为双色调后，选择黑色以及较浅的棕褐色，运用双色调。



工具一览

图像>调整>色阶
图像>模式>灰阶
图像>双色调

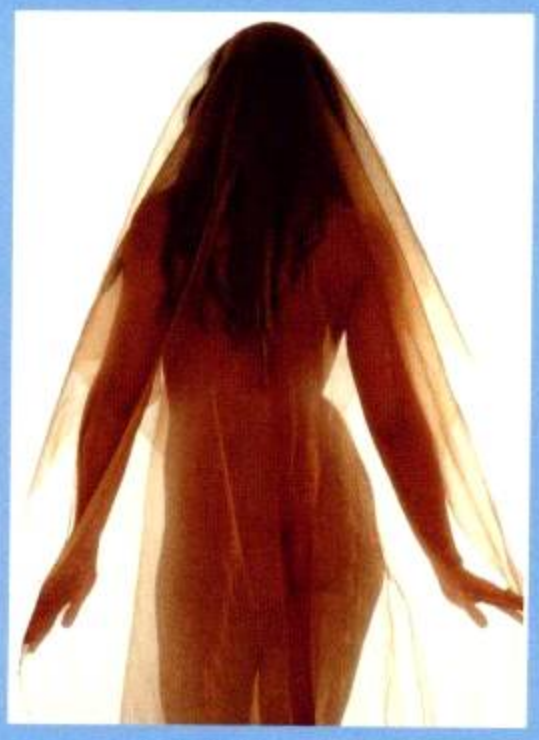
作业：使用面纱

你接受了一项拍摄系列动作的人体习作任务。模特是个新手，在拍摄时常常不知道胳膊和手该放哪。你必须借助道具让她有点事情可做。对于此次要拍摄的照片来说，提供的道具是一长段织物，因为织物的颜色与模特的皮肤色调可以互补。你的任务是拍摄身体四分之三长摄影棚照片，表现模特与道具的互动，从而让她不至于看起来手足无措。

拍摄前期准备

本次拍摄场景相对比较容易布置。分别在左侧和右侧放置带有柔光箱的闪光设备，与相机成45°角。对该设备进行测光，测光表读数为f/11。然后，在两侧使用两个较小的灯光照射白色背景，不要用散射光，将这两个灯光的功率设置为f/16。这一做法将确保背景拍出白色的效果。站在距离模特身后10英尺（3米）处，使用50mm镜头拍摄。然后，模特可以在中间来回自由移动，从而更加放松。

01 面对可能会紧张的模特，一个好点子是在拍摄初期多尝试古怪或滑稽的想法。目标不是拍出很棒的照片，而是引导模特进入拍摄状态。在这张照片中，模特把面纱蒙在头上，一脸严肃的表情。



02 在这张照片中，请模特来回走动，把手伸出来活动，以便与织物互动。这已经比上一张照片强了。

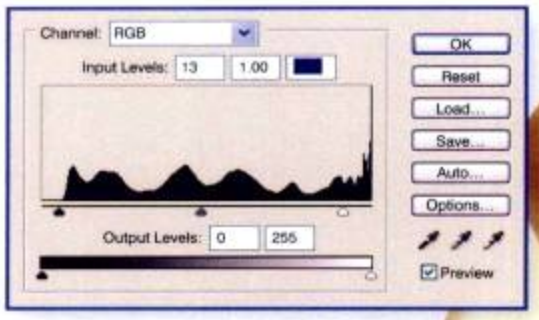
03 然后请模特更放松一点，要求她在身上缠裹面纱，避免手和胳膊的僵硬，从而摆出自然的姿势。此时，她可能已经逐渐进入状态，开始看着纱巾或道具了。

好点子

如果你非常喜欢用道具拍外景的话，那就试试蜡烛吧。由于蜡烛的光线较暗，曝光时间会比较长，所以你需要用到三脚架。不过暖暖的光辉会为照片加分的。

照片编辑

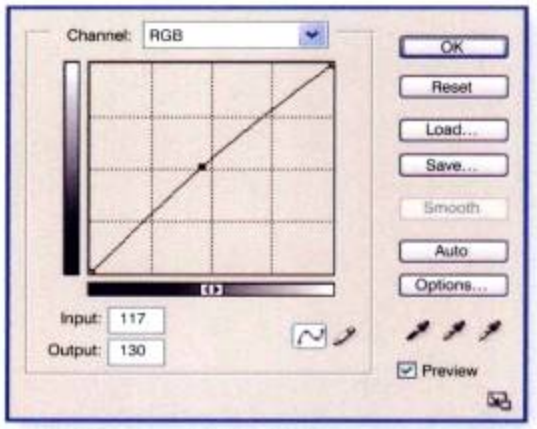
► 这是这一系列照片中拍摄得最好的一幅。纱巾裹在模特的身上，同时朝着她看过去的方向飘动。她直接面对着相机摆出姿势，身体裹在金黄色的纱巾里。



▲ 使用Levels（色阶）功能，稍稍移动右侧的控制滑块，使背景为全白色。

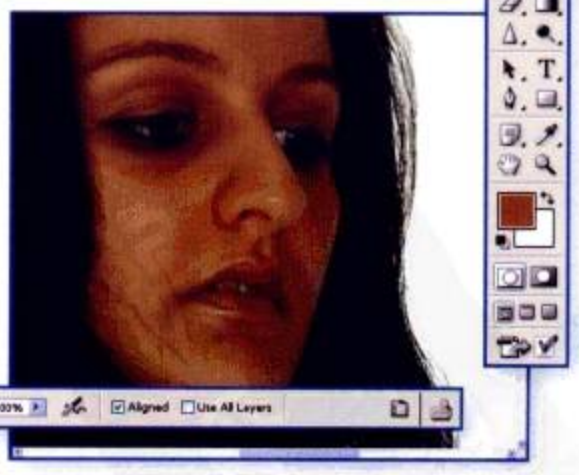
提 示

道具应该能够为拍摄增色，成为照片的一个组成部分，而不会显得突兀。应尽量让道具与照片内容及风格匹配。



▲ 使用Curves（曲线）功能，向上拉动曲线，将身体和纱巾加亮，使其色彩更为突出。

04 现在我们可以完全融入拍摄之中了，背景光线从纱巾后面透过来，模特的自信在增强，能够直接面对相机了。



▲ 使用Clone Stamp（仿制图章工具），采用变亮模式，不透明度为100%，去除脸上掠过的头发丝。然后转换为正常模式，不透明度设置为20%，让斑点变柔和。

工具一览

图像>调整>色阶
图像>调整>曲线
仿制图章工具

人体组合

人体摄影是一种形式的、抽象的形体展示，但是再加入一个人体时，就会出现互动的情节了。这种互动可以是人物本身之间的，或者只是观者通过自己的解释得出的推论，不论实际情形是否如此。在构图中加入一个男性还是女性有很大的区别，这会影响到两个人物互动的方式。

拍摄前期准备

这幅照片的关键要素在于构图的紧凑与人物的安排。包括两个闪光灯头，分别在相机的两侧，成45°角。人物站在一块暗色织物上，对着黑色的背景。右侧的主光功率设置为f/11，而左侧的灯光则设置为f/9.5。使用28～105mm镜头，焦距设置为75mm，拍摄距离为10英尺（3米），以实现紧凑的剪切。

01 这是比昂·奥尔森拍摄的两幅照片中的第一幅，展示了两名面对面站立的女性。这幅照片的含义颇为模糊，是在表现某种对抗吗？由于模特的脸都遮挡起来了，更增加了照片的神秘感。

02 这是他的第二幅照片，这幅照片的神秘感就弱了许多，因为这是个明确而又用心摆出的姿势，两名模特在一起形成一幅优雅的画面。被遮挡起来的脸成了画面的一部分，总体效果也更传统了。

好点子

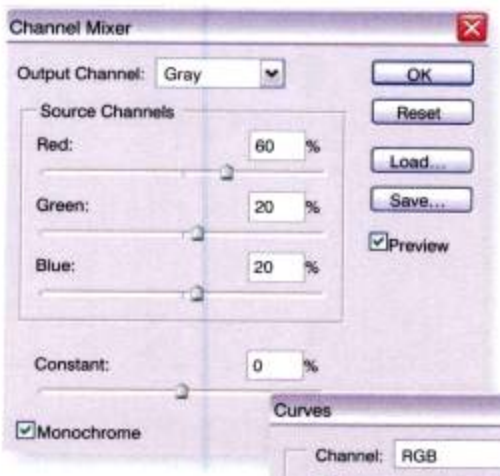
如果你的拍摄对象比较紧张，那么一开始时用较暗一点的灯光，并让拍摄对象离得远一些。随着拍摄过程的进行，她们会变得更为自信，然后逐渐让他们靠近彼此。

03 当人物开始情趣互动时，会因此而提高双方的兴趣和增加好奇心。艾伦•科伯恩（Alan Cockburn）的照片甚至可以作为美发产品的广告，因为照片显得有格调，人物也显得格外开心。在拍摄一对男女人体时，距离近而又要看起来舒服，这就需要摄影师有高超的技巧，模特也需要有经验。

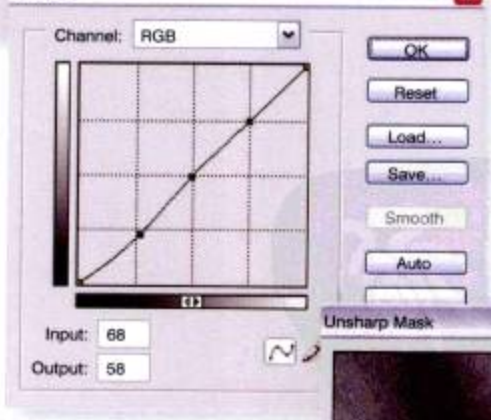
04 比昂•奥尔森拍摄的这幅人体照片，裁切掉拍摄对象的头部像是对经典的人体摄影致敬——专注于模特的身体而不是她们的表情。

照片编辑

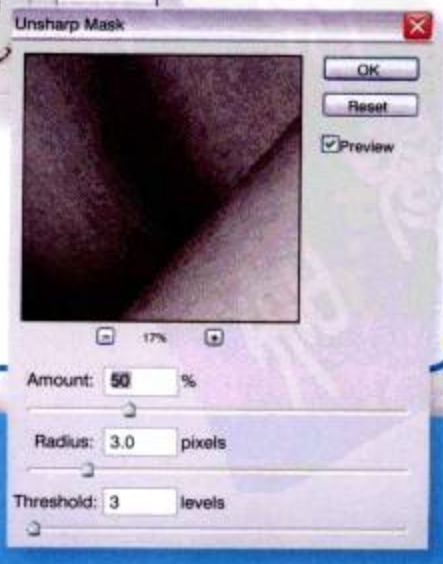
▶ 斯蒂芬•海恩斯的作品像是“阴阳”概念的人体表现——两位模特优雅地盘成圆形曲线。



◀ 使用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为灰色，其中红色的比例很高，使皮肤的色调很白。



◀ 使用Curves（曲线）功能将阴影加深，同时使用控制点来调整中间色调区域的亮度。



▶ 最后，使用Unsharp Mask（USM锐化）滤镜增加锐度，并添加纹理，同时控制图像色彩，不要过于鲜亮。

提 示

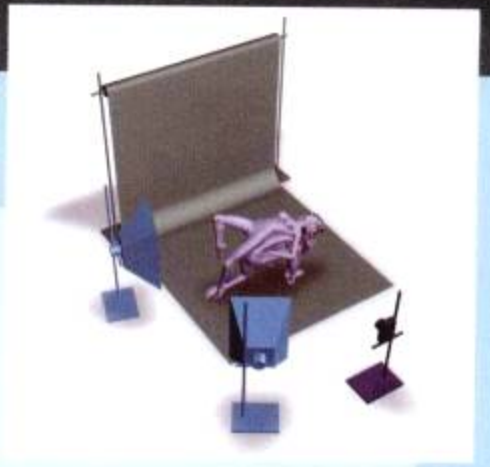
要为你的拍摄对象提供更大的空间同时给他们（她们）私密的氛围，可以使用摇摄镜头在20–30英尺之外拍摄。

工具一览

图像>调整>通道混合器
图像>调整>曲线
滤镜>锐化>USM锐化

作业：拍摄成对的模特

为了检验你的摄影技艺和社交技能，本次作业颇有些难度。你可以先拍摄男模特，调动他在摄影棚中尽可能摆出各种姿势。拍摄的用光方案要求能显示出肌肉的特征。然后让女模特加入进来，调动两个人配合互动，要使女性光滑的线条与男性更有肌肉感的肌肉特征形成对比。你面对的挑战是让他们互动，从而形成富有冲击力的画面，捕捉男性和女性共同完成的动感与活力。



拍摄前期准备

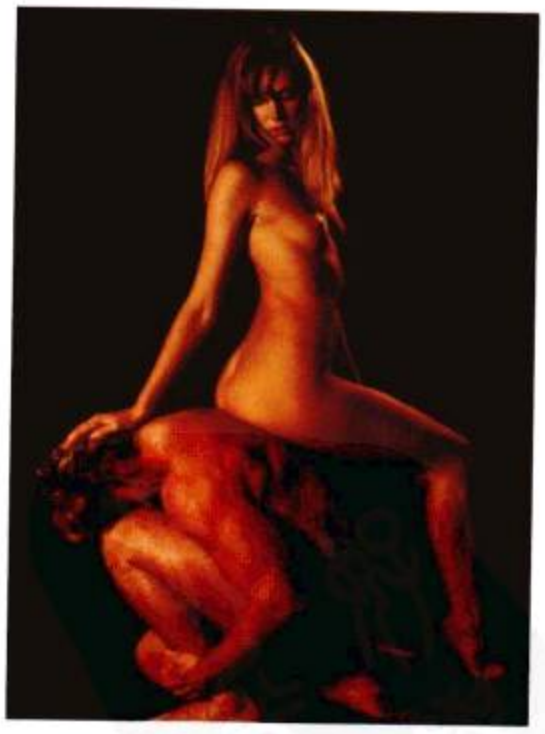
用光方案要求能在拍摄对象身上形成一定的阴影，但是不需要十分精确以至于稍有移动就会将这种效果破坏掉。这就意味着你不要考虑使用一束光线，而是要使光线尽可能照射较宽的区域。在艾伦•科伯恩拍摄时，主光在拍摄对象左后方成45°角，补光在拍摄对象的左前方。相机镜头为28mm，从12英尺（3.6米）之外拍摄。

提 示

所有的常规创意拍摄完之后，可以尝试一些不寻常的想法，比如在景深上做些文章，可以让一个拍摄对象在焦点范围内而另一个对象在焦点之外。

01 首先，主光在拍摄对象的身后右侧。他朝着主光的方向看过来，躯体成一个角度，补光在身体上横向照射，从而清晰显示出胸脯的特征。

02 模特转过身来并朝着相反的方向展开身体，很显然用光方案会显得有些不足——因为举起的左臂在胸脯上形成了一道明显的阴影。但是，模特自己换了一个姿势，已经做好和摄影师互动的准备了。



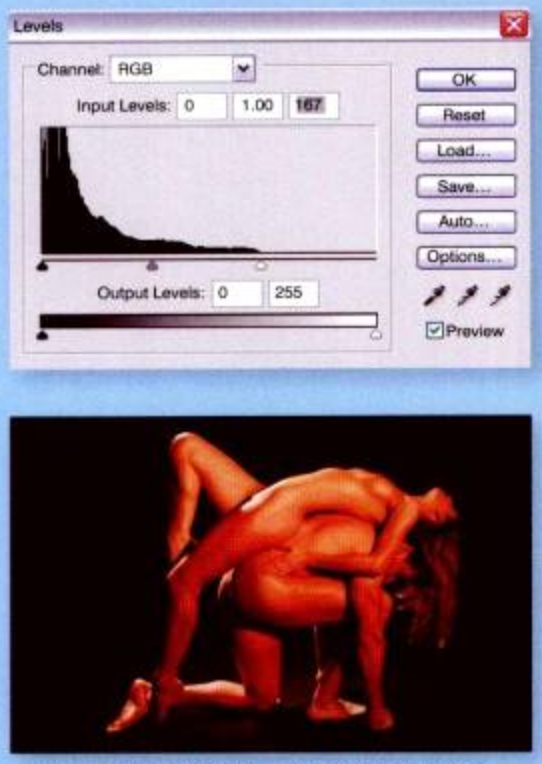
03 这是前一阶段拍摄的一张照片，这里把它选进来，是要告诉你不应该采取的做法。拍摄对象应该良性互动，而不是这种笨拙的方式。

好点子

要找到一对拍摄对象合作，最方便的方法是询问模特他们（她们）与何人合作过，要能找到能够很融洽合作的模特，拍摄过程就会愉快轻松很多。

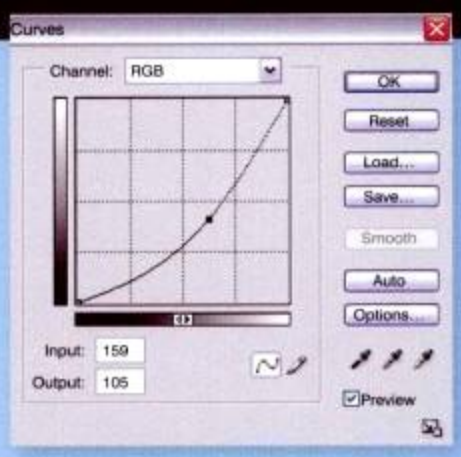
照片编辑

▶ 这是一张成功的照片，摄影师让强壮的男模特充当了牢靠的道具，用来展示女性的曲线和柔美感。高光区域在女模特上部，表现出了她的身体曲线，而两个人的头部都在暗部之中。



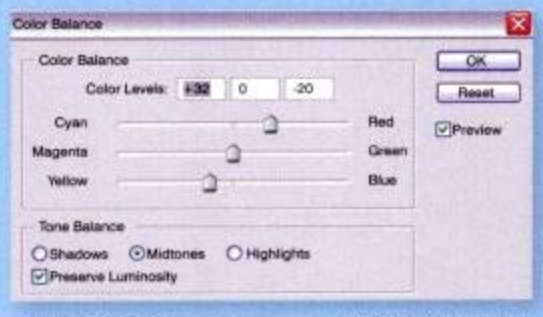
▲ 从正常的角度来看，这幅照片曝光不足。使用Levels Adjustment Layer（色阶调整图层）加以修正。

▲ 使用Channel Mixer（通道混合器）将图像转为灰度图。

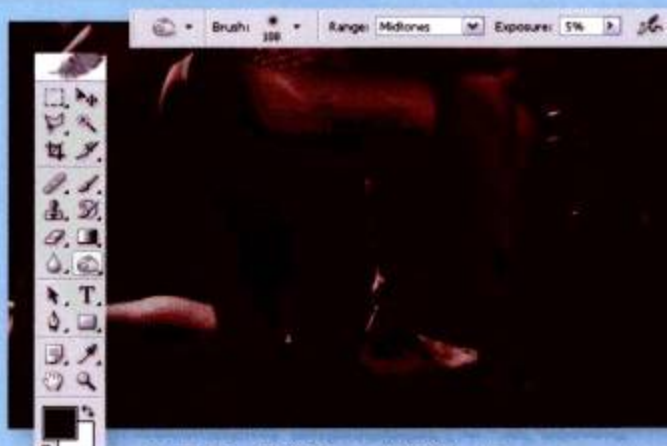


◀ 图像色彩过于鲜亮，使用Curves（曲线）工具使所有色调都显著变暗，尤其是中间色调。

▲ 使用Crop（裁剪）工具裁出更加方正的构图，边框距离拍摄对象更近，以免浪费四周的空间。



▲ 然后运用Color Balance（色彩平衡）功能稍微增加淡黄色和红色色调，形成一种类似于棕褐色的效果。



▲ 最后，使用Burn（加深）工具让地板上模特脚周围的区域变暗，使暗部色调更强。

工具一览

色阶调整图层
裁剪工具
图像>调整>通道混合器
图像>调整>色彩平衡
图像>调整>曲线
加深工具

灵感：最佳的人像风格

这部分展示的精彩照片体现了我们在本章中所涉及的某些主题。请注意，即使模特的脸并未纳入拍摄范围，所拍出的照片也可以非常有力。包含情绪、戏剧化的用光，以及对于布置的场景富有想象力的运用，都可以产生强有力的效果。

丹•霍威尔（Dan Howell）拍摄的这幅照片成功地在非常狭小的区域中包含了细节和微妙的用光，拍出了令人感兴趣的肖像特写。

斯蒂芬•休斯（Stephen Hughes）的这幅照片颇为华丽，将人体刻画得如一幅雕塑作品。高调的用光和苍白的皮肤结合，形成如石膏般的质感，而模特的姿势和照片的剪切也体现了经典的技艺。

这是马克•埃德蒙森拍摄的一幅经典习作。拍摄对象的左侧是非常精确的用光，右侧的背景使用了非常微弱的闪光，从而勾画出了右肩的轮廓。

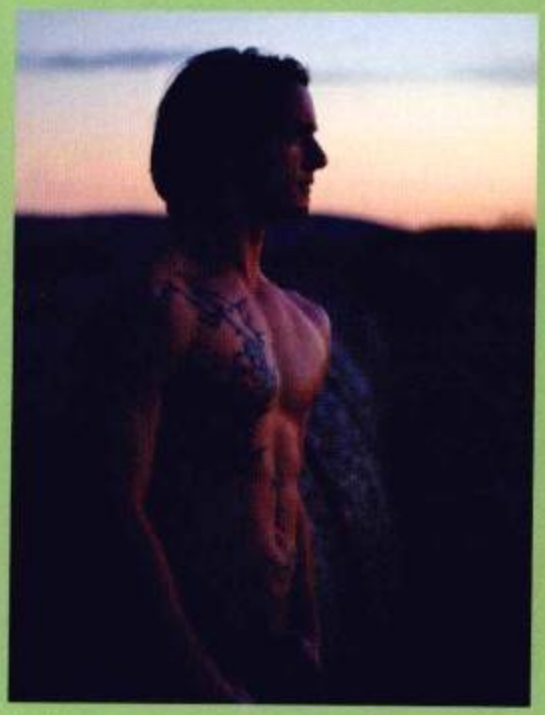
这是比昂•奥尔森拍摄的一幅四分之三身长的照片，拍摄对象扭转着身躯。尽管整个人物都被完整地拍摄了下来，但是由于拍摄对象跪着，所以高度降低了，同时腿和胳膊形成的角度显示出优美身姿的动感。

这是比昂拍摄的另一幅照片，奇妙地用光与门和门框上的华丽装饰完美地融为一体，使这种装饰比下面的人体更为抢眼，因此模特看起来不那么显眼了。

4 外景拍摄

融入大自然并与各种外界元素互动，可以打破在摄影棚中每天面对的空间局限，激发你更多的灵感。外景拍摄可以增加戏剧效果、带来更多的趣味，并可以使用一种与摄影棚不同的方式进行叙事。这种拍摄方式带来了更多创造性的挑战，但是一定要克服这一挑战，来检验你能够达到的水准。

▲ 拍摄运动的身影。流动的水为画面增加了令人激动的元素，任由摄影师去发挥探索。



▲ 作业：乡村外景。乡村的环境与黄昏的夕阳，构成了具有动人心魄的色调画面。

▲ 不同寻常的视角。可以尝试不同的角度及相机位置，为外景拍摄增加意外的收获。

▼ 城市外景。可以尝试利用室内场景拍摄，同时让城市风景进入视野，从而发挥你的创造力。

▲ 激发灵感。让有纹理的背景与模特平滑的轮廓形成令人愉悦的对比。

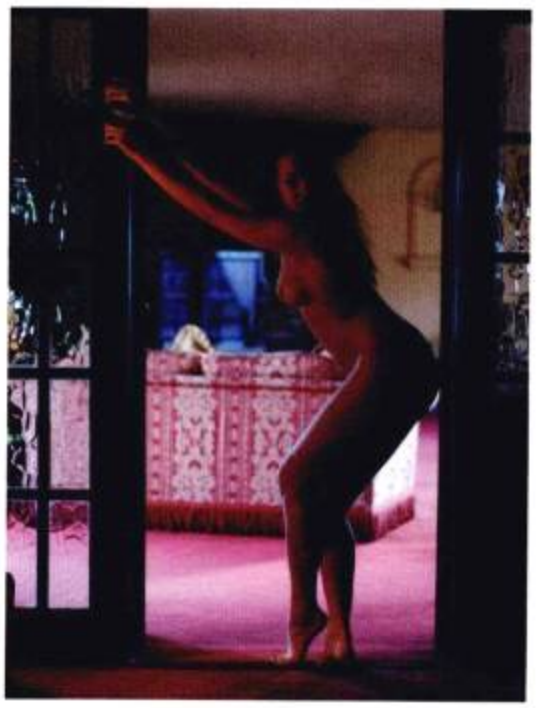
室内外景

摄影棚对于标准摄影以及抽象的特写来说非常适合，但是，这种拍摄场合会让所有的拍摄差别不大。在室外拍摄当然很棒，但是要受到天气和人员状况以及场地能否进入等限制。在能够提供有趣的背景和精心布置的情况下，拍摄人体的最佳场所是外景，但是在室内拍摄的。这种情况下可以利用装饰性的背景及现代或古董家具，不过要确保你的模特及其姿势与整体氛围相协调。

拍摄前期准备

这幅照片是在钢琴房中拍摄，室外是明亮的午后阳光。为了避免模特进入阴影中，左侧布置了控光伞和闪光灯，和模特成45°角。光圈设置为f/5.6，快门速度为1/125秒。焦距设置为18mm（在数码相机上相当于27mm），以确保能够拍摄到整个场景，拍摄距离约为20英尺（6米）。

01 每个人的家里都会有卧室，如果该卧室刷为白色或者其他的单一颜色，就可以用来创造简约主义的构图。另外一个优势是这种卧室里往往有充足的光线，这样您就可以轻松地拍摄出明亮的高调照片。

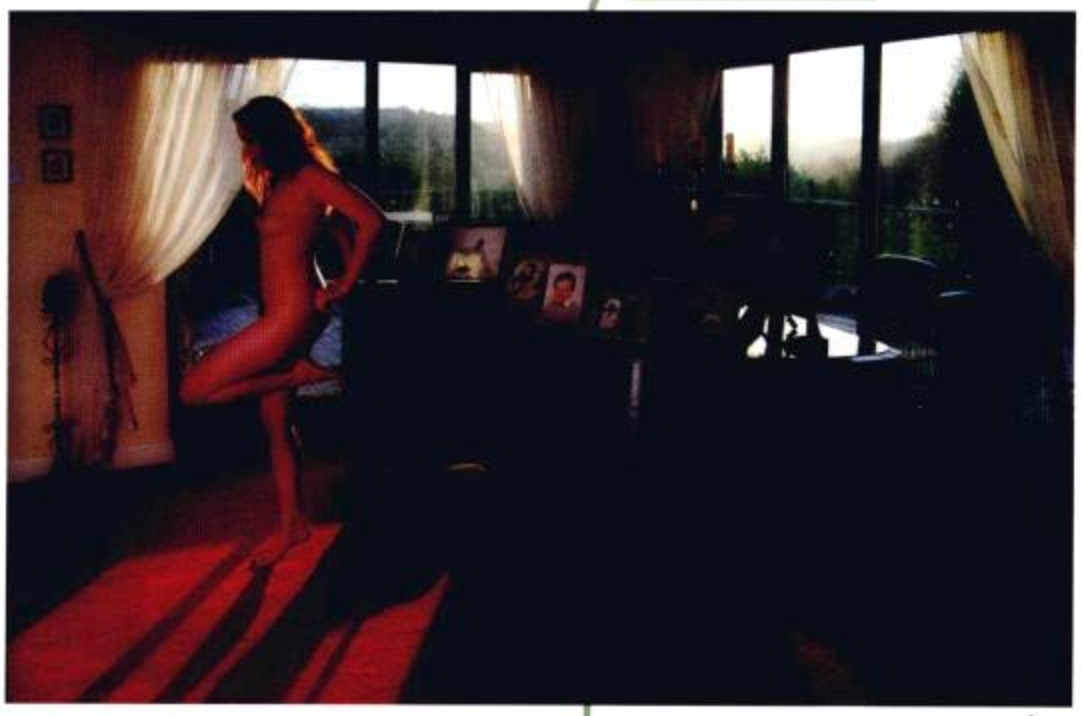


02 尽管你的大屏幕等离子电视可能会给人留下深刻印象，但是它并不会成为照片的最佳中心。除非你对此进行创造性的拍摄。其实，你可以使用这个社区娱乐场所的门口和通道作为中心。

03 如果让你的拍摄对象靠近窗子，你就可以对拍摄对象身上的光线和阴影进行精彩的运用。尽量不要在明亮的太阳光下拍摄，因为这样会导致对比度太高。由于拍摄对象将头向光线处转过去了，所以照片在右侧使用了一个反光板，以确保能够在胸腔上保持一定的清晰度。

好点子

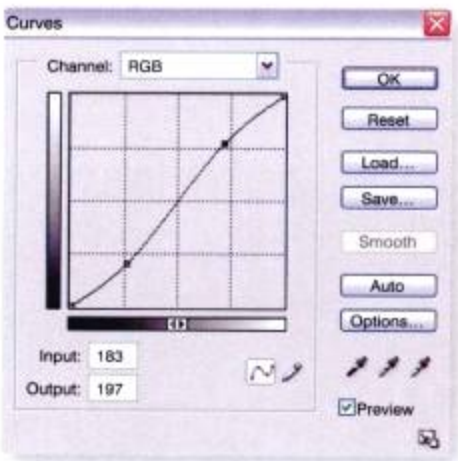
人们的家里往往会有个从风格上来说是个人最爱的房间，可以跟周围的人打听一下，看看能不能找到这样的房间用来拍照。



04 当在卧室中拍摄时，要么选择一个有趣的特色角落，利用黑暗和有危险气氛的用光拍摄；要么采用我们在这张照片中的做法，创造一个常见的构图。

照片编辑

◀ 这幅照片的计划是拍摄斜靠在钢琴上的模特，钢琴上面堆放着几幅家庭照片。尽量使模特与环境融为一体，而不是专注于模特本身。拍摄时使用了广角镜头，这样就能够看到透过窗子的全部光线。



▲ 使用Curves（曲线）功能将阴影加深并将高光部分提亮，尤其是要让地毯上的一道道光线更为醒目。

▲ 创建一个复制图层，并在上面运用Gaussian Blur（高斯模糊）滤镜，"半径"设为50像素。复制图层的混合模式改为"叠加"模式，从而增加了色彩的饱和度。

◀ 图像略有一点不平衡，因此按组合键Ctrl+A全选图像，然后旋转到稍微正一点的角度。

工具一览

图像>调整>曲线
复制图层
滤镜>模糊>高斯模糊
编辑>变换>旋转

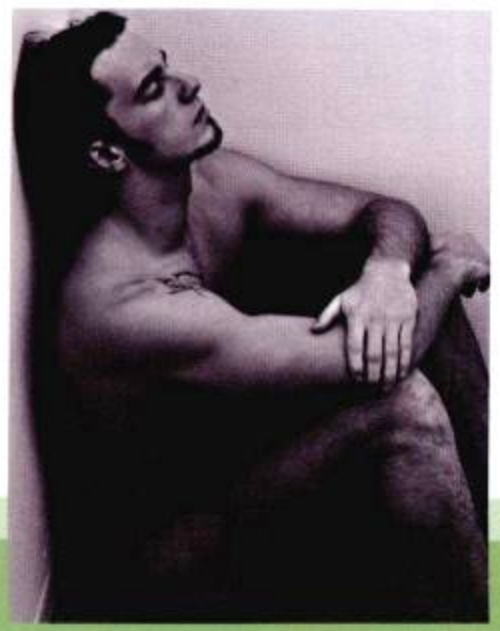
作业：室内拍摄

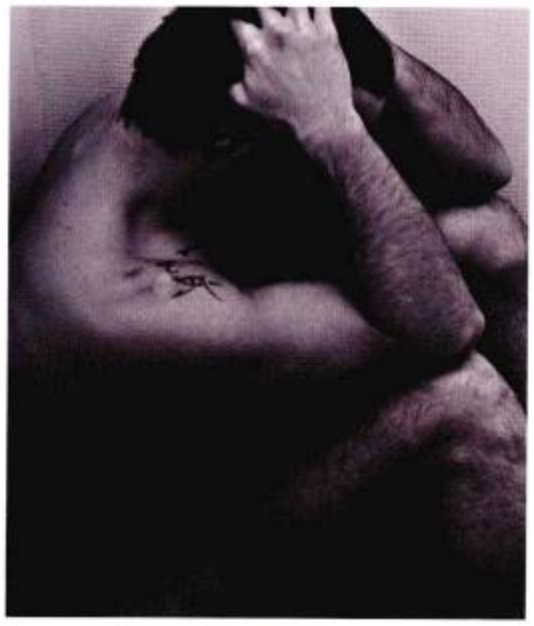
通常，室内拍摄要比室外拍摄容易一些。室内没有坏天气影响，没有过往的行人和场地的使用许可，没有脏乱差的路面和垃圾，也没有警察来跟你理论。室内可以说是个安乐窝，正是由于这个原因，对于本次室内外景作业，我们的要求就要苛刻一些。任务是在室内拍摄一系列照片，不得使用卧室、浴室和厨房。上面的场所太容易了，因为里面到处都是道具。我们需要的是专注于可用的光线并借助或挖掘其他可用的空间来表现出感情。

拍摄前期准备

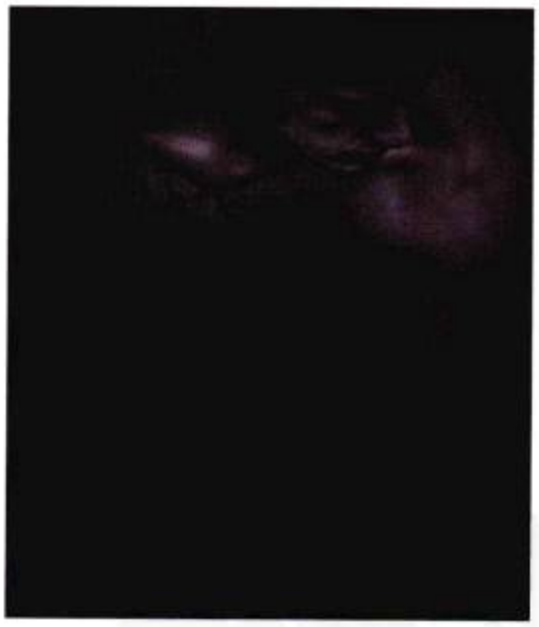
尽管这次拍摄中有些照片使用了手持式Metz闪光枪，通过照亮天花板并将光线反射回来，但是主照片并没有使用闪光枪，只利用了临近傍晚透过窗户射入的下午阳光。用的是50mm镜头，不仅因为它不会引起变形，也因为它的最大光圈为f/1.8，从而能够将背景放在焦点之外。快门速度为1/90秒，没有三脚架也可以拍摄，拍摄距离约为10英尺（3米）。

01 这幅照片是让模特坐在楼梯上拍摄，光线从头顶上的天窗透射过来。拍摄对象坐在楼梯的平台上，相机放在上面的地板上，向下拍摄。这里使用了Metz闪光枪照亮天花板并将光线反射下来，从而提供了额外光线，与自然光混合。这幅作品表现了模特沉思的状态。





02 然后，我们尽量表现更多一点的感情，让拍摄对象双手抱着头。焦距设置为150mm，以拉近拍摄距离。



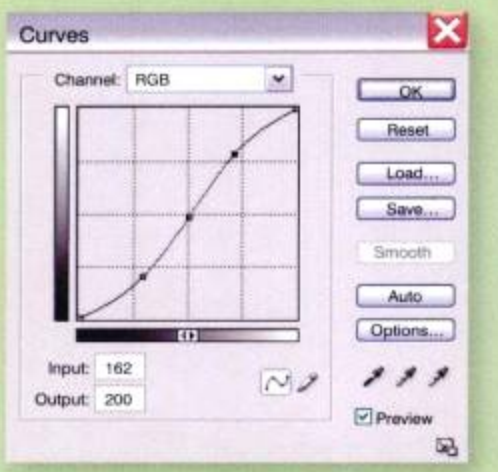
03 拍摄对象转过身来，坐在楼梯平台的最上一级台阶上。他沉思着且显得很愤怒，因此将照片整体调暗，以便与这种表情相配。

好点子

你有没有工具房呢？有的话，试试让你的拍摄对象在那里摆拍，这可以作为室内外景的一个替代场所。

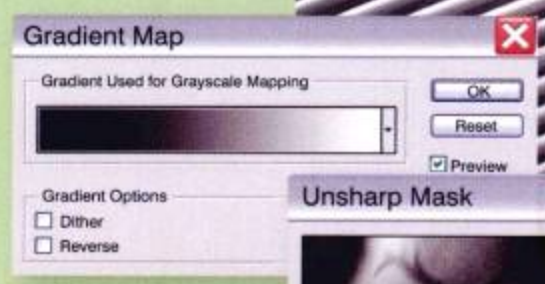
照片编辑

▶ 这张照片是这一系列中最好的一幅。拍摄时使用了从窗帘中透过来的散射光线，躯体成一定角度，使躯体和腹部都出现阴影轮廓，让模特的左侧陷入黑暗中。身体是裸露的，易受攻击，与模特健壮的体型形成鲜明的对比。模特头部有意转向一边，从而完全进入阴影区域。



▲ 原始照片中记录了完整的色调范围，使用Curves（曲线）功能使阴影更暗，并将高光区域略微加亮。

04 客厅里有威尼斯风格窗帘的窗户，傍晚的光线几乎水平地照射进来，形成了神秘的奇妙氛围。此时，拍摄对象沉思的神情与环境相得益彰。



▲ 使用Gradient Map（渐变映射）将图像转换为单色，并稍稍进行了剪切。

◀ 使用Unsharp Mask（USM锐化）滤镜（数量设置为100%）清晰地显示图像的细节并锐化图像。最后，为图像添加轮廓线边框。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>渐变映射
裁剪工具
滤镜>锐化>USM锐化
画布大小

城市外景

在城市、郊区和工业区内以及附近，有许多有趣或色彩对比强烈的背景可以利用。你可以选择后工业时代的衰落、污浊的景象与光滑的皮肤构成对比，或者运用著名的场景和人体模特形成不协调的组合。拍摄城市外景的麻烦在于，外景越受欢迎、越著名，因此也会越繁忙，从而难以进行成功的拍摄。

拍摄前期准备

这幅作品的特点是融入了室内的场景和来自室外的环境和光线。为了实现较好的拍摄效果，是内外的光线必须非常相似。如果是在平常的晴朗天气中拍摄，室内的光线本身不足，因此应该借助有散光功能的柔光箱设备作为补充。设置测光表为入射光或反射光模式，而不是闪光或者环境光模式。快门速度设置为1/125秒。对来自室外的光线进行测光时，其结果作为拍摄的光圈设置。将相机设置设为手动模式，连接相机与闪光设备。设置闪光设备的功率，使之与设定光圈相匹配。你需要将测光表改为环境光模式，以便从右侧的闪光设备中获得准确的功率输出。

01 在拍摄城市外景时，保护隐私始终是个问题，除非你可以找到一个废弃的或者很少使用的工业场区。这幅照片就是在一个废弃的仓库中拍摄的。这个场所提供了许多有纹理的背景、破落的窗子以及自然光线。

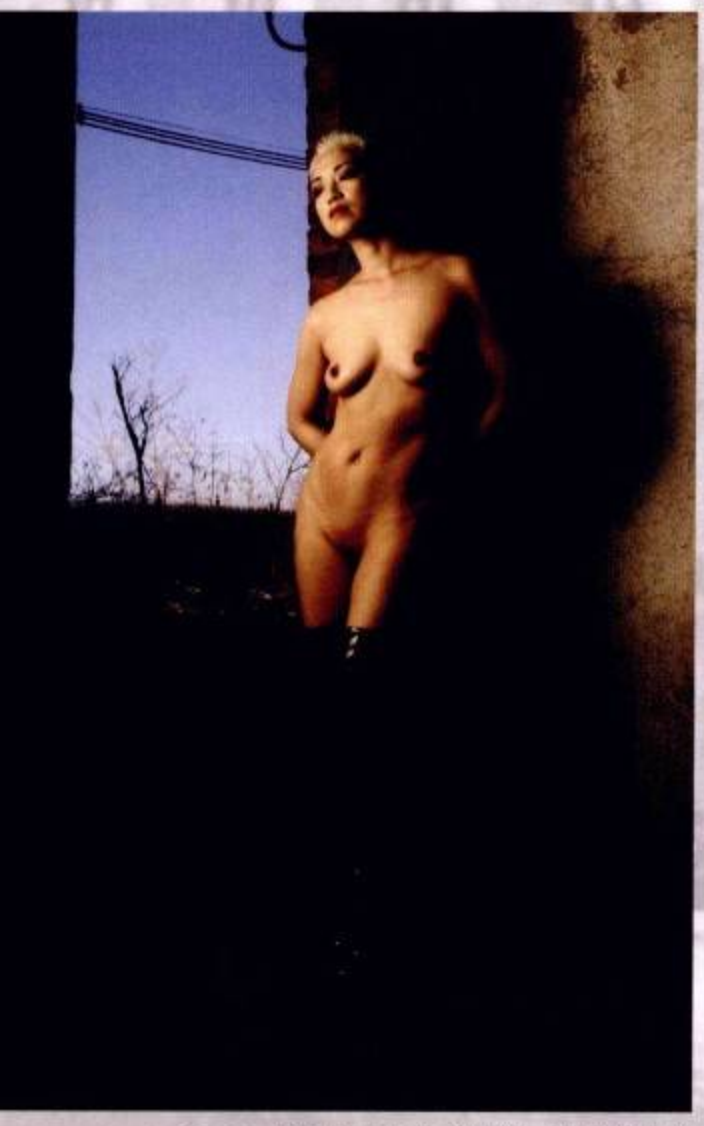
02 在城市中拍摄会遇到种种困难，最好的情形是有人会进入拍摄范围围观拍摄，最坏的情形是有人不让你拍摄。所在的场所越受欢迎、越著名，拍摄的难度就越大。不过，你还是可以利用很著名的背景进行拍摄。这一系列拍摄借助的是伦敦的威斯敏斯特桥，背景是国会大厦，拍摄时是守护者拦着游人不让其进入拍摄范围才得以完成。

好点子

十九到二十世纪的大部分时间中，港口和码头都很繁忙，但是随着廉价的海外劳工进入西方国家的劳动力队伍，以及后来出现了其他的运输形式，这一水路工业走向了衰落。现在，这些地方成了拍摄人体摄影的理想选择。

提 示

在城市中拍摄的要点是，可以将城市环境作为拍摄对象的背景，因此在拍摄时应使用至少为f/8的光圈。

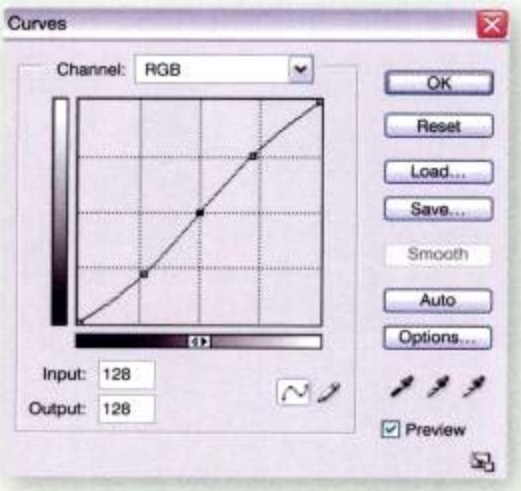


03 城市场景中的户外的元素为照片增加了危险和暧昧的诱惑。在这幅照片中，拍摄对象站在一座废弃的工业建筑的门口，外面是一条大路。

照片编辑

▶ 斯蒂芬•海恩斯拍摄的这幅照片，展示了舒适的室内与窗外河边的商贸、公路、工业以及桥梁等清晰的城市要素构成的奇妙组合。模特被相机右侧的闪光设备照亮。使用较小的光圈，这样，尽管焦点在模特身上，但是透过窗子看到的远方的背景依然清晰。

▲ 使用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为单色，从而使用整个色调范围。



▲ 使用Curves（曲线）工具将阴影加暗，并将皮肤的色调加亮。

▲ 使用Unsharp Mask USM锐化（数量设置为50%）实现最终的锐化。

工具一览

图像>调整>通道混合器
图像>调整>曲线
滤镜>加锐>USM锐化

作业：郊区花园

在郊区的庭院中渴望看到某种花园，不论是小庭院还是绵延数英亩的大庭院。你的作业是要找到一处花园，要求具备相应的景致或特色，可以拍摄一系列有趣的照片。可以在太阳刚落山的时候出去，这样天空中的光线不那么明亮。可以选择花园中5处不同的场景拍摄，采用5个不同的姿势。这种情况下不许使用闪光灯——你必须让模特摆好姿势，利用可用的自然光线。

拍摄前期准备

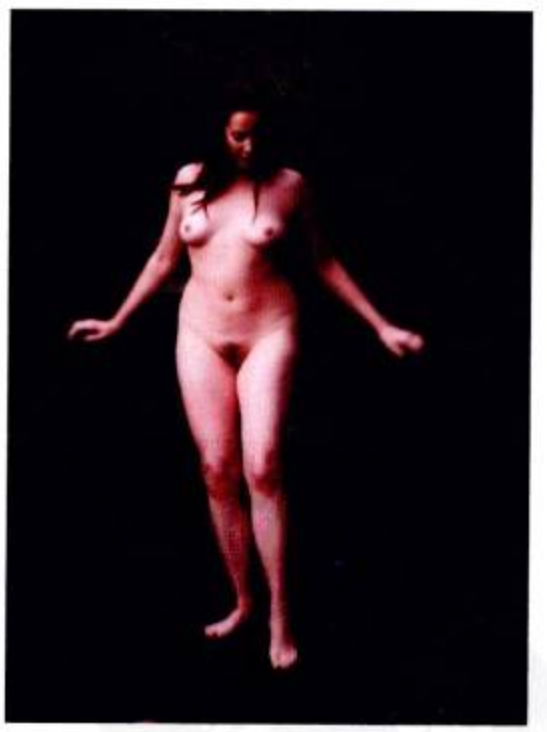
每次拍摄如何控制画面取决于你处在花园中的什么位置，有多大的空间以及你希望包含背景中的哪些方面。在主题拍摄中，使用50mm的镜头，拍摄距离在15英尺（4.5米）以外，光圈开得很大，设置为f/1.8。这可以确保快门速度足够大，同时景深达到最小。使用中央重点测光模式从拍摄对象处进行测光，这样稍亮一些的天空不会导致画面曝光不足。

提 示

由于光位的水平线低而设置较高的ISO拍摄，会使画面有明显的彩色数码噪点，从而会毁掉照片，但是如果将照片转换为单色就会降低或避免这种干挠。

01 这幅照片的模特靠坐在花园的墙上，摄影师捕捉了环境中的暮色，拍摄对象的脸侧对着光线。这样，模特背后的风景就会暗得多，从而突出拍摄对象。

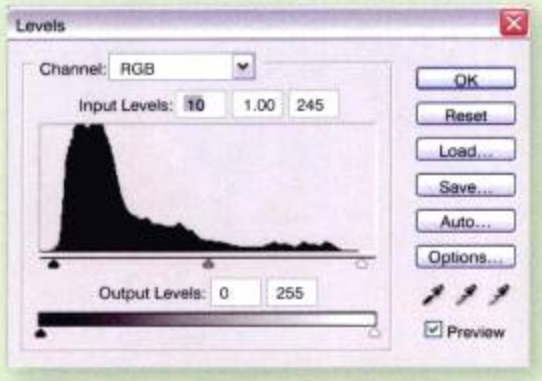
02 这幅照片的构图有点杂乱。模特的姿势颇为随意，目光聚焦于拍摄范围之外。然而，由于模特被放在焦点上并且与花园中的杂物合成，整幅图看起来不平衡，没有什么艺术感或经典可言。



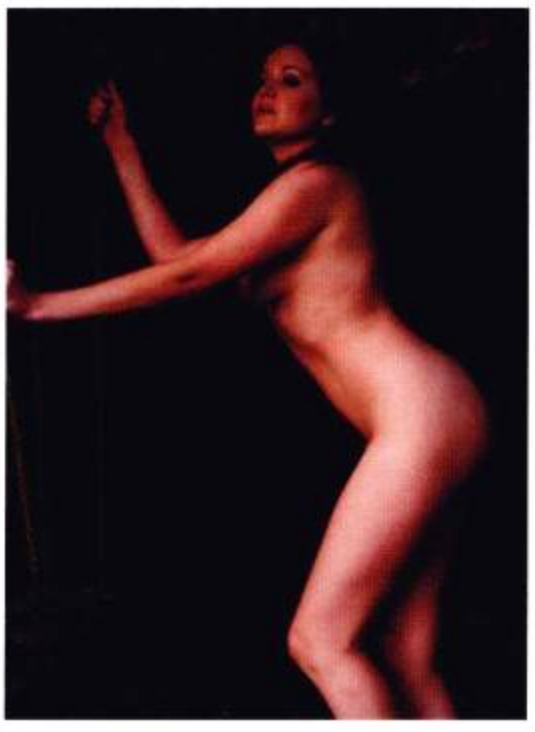
03 这幅照片抓住了模特往下走的过程，以相机能够达到的最高速度拍摄而成。借用了树叶的后面透过的一些光线。正是由于这个原因，模特看起来比较舒服、明亮，而周围环境则显得暗淡、阴沉。

好点子

将相机安放在三脚架上，把光圈设置得较小，例如f/22。这样会使得曝光时间较长。让模特来回移动，他或她会显得模糊，而背景依然清晰。



▲ 照片运用了大部分可用的色调范围——只要时间晚一点，直方图就会窄得多；如果早一点，对比度就会大很多。使用Levels（命令）来调整色调范围。



04 画面的另一角是老式秋千。不幸的是，这个角落杂草丛生，模特很难赤脚走过去，使很多表情显得紧张。这是最好的一幅了，但是由于秋千绳子已经发霉了，模特只好离得远远的抓着它，结果脸由于厌恶而有些扭曲。

▲ 腿在照片下部所占的比例太大，因此决定使用Crop（裁剪工具）调整构图，只保留到膝盖以下一点。

▲ 创建了一个复制图层并对其运用了50像素Gaussian Blur（高斯模糊）。将混合图层变为柔光，不透明度降低为70%。这为照片增加了一种柔和、温暖的色调范围。

照片编辑

▼ 模特站在一个突起的木头平台上，后背对着日落的方向，摆出了一幅经典的姿势。这样拍摄的优势是将身体都展开，清楚地展现胸腔。使用了中央重点测光以确保模特能够充分地曝光，近处的树叶和远处的山谷都较为暗淡，颇有画意氛围。

工具一览

图像>调整>色阶
裁剪工具
复制图层
滤镜>模糊>高斯模糊

在乡村拍摄

毫无疑问，新鲜空气、令人愉悦的环境和美丽人体模特组合在一起可以拍摄出令人赏心悦目的照片。乡村是拍摄人体照片的理想场所，不论从私密性的角度还是对于在富有吸引力的环景中安排人物来说，都是如此。需要应对的主要问题是天气和用光。如果你可以将闪光设备或者反光板带到拍摄场景，那么你就由于能够控制曝光而提高成功拍摄的机会。

拍摄前期准备

对面的乡村照片是用数码单反相机尼康D100拍摄而成，使用了24～70mm短距离长焦镜头，并且聪明地使用了填充式闪光——光线从头顶高度处的反光板反射回来。这使模特身上的光线像是从天空中照射而来的，其实是对日光做了人为的补充，使模特从背景中分离出来，又不留下难看的阴影。

01 在温暖的夏日里拍摄的一片深草地。模特在地里来回走动，这幅照片是在她无意识地把玩一缕青草的时候拍摄的。

02 在树林中拍摄可以保证私密性。在这幅照片中，马克•瓦利使用了广角镜头从下往上拍摄，使大树躯干的影响达到最大。这一视角放大了模特腿部的长度，并使树木产生了高耸入云的感觉。

好点子

在某个地区拍摄之前，最好先做一番侦查工作，但是，如果无法侦查的话，那么就找到这一地区的地图，查找该地区的历史古迹或者废弃的楼房，塔，农场，河流等作为可能的拍摄场所。

03 任何有趣的建筑体都可以增加照片叙事的情节。在这幅照片中，模特沿着一条农场的小路走过去，左侧浮现出一个巨大的水塔。

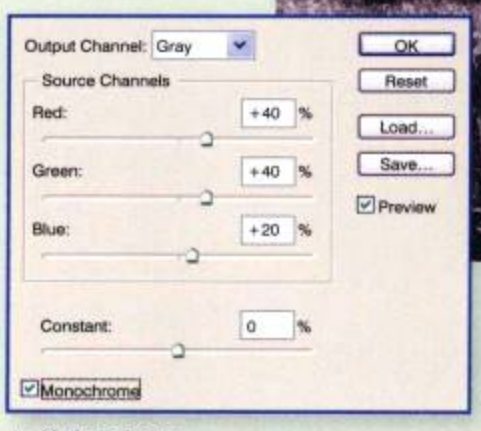
04 右侧的照片是原始的彩色图像。

提 示

在户外拍摄应检查物体表面的反光属性。任何有反射性的表面都可以干扰相机测光器从而造成相机的错误判断。将曝光设置为-0.5EV以便正常曝光。

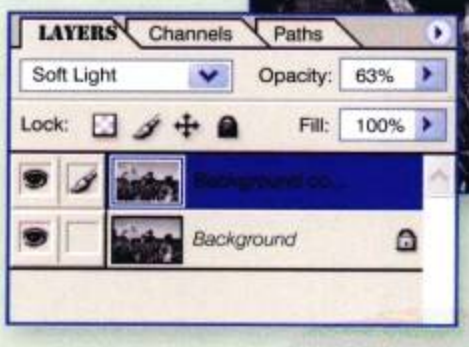
照片编辑

▶ 西蒙•扬将这幅照片命名为“去教堂迟到了”（Late for Church）。照片中模特正在走过一片干草地，背景有座老教堂。



▲ 首先运用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为单色。

▲ 然后将复制图层设置为柔光，从而提高干草的对比度。



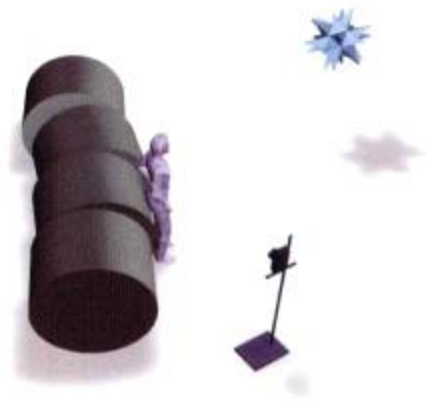
◀ 最后，利用Burn（加深）工具追踪穿过干草地的小路，使画面对比清晰。

工具一览

图像>调整>通道混合器
复制>柔光
加深工具

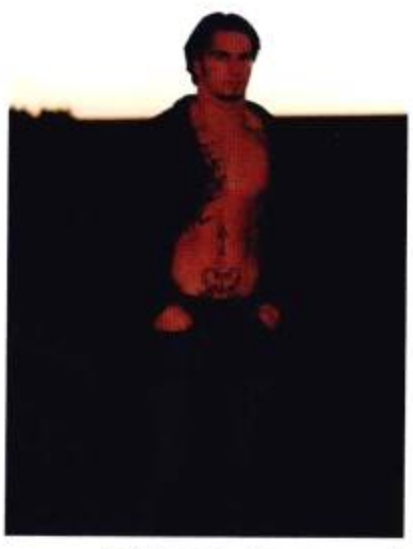
作业：乡村外景

在这次乡村拍摄的作业中，我们打算给你一项特别的任务。我们希望你使用男性模特，拍摄空间必须是没有天空的，你必须自己去找容易上镜的场所。你必须显示模特的身材，但是，为了让画面显得更为有趣一点，我们希望你在日落时完成这项拍摄作业，这时的天空会有颜色，同时光线水平在下降。你必须判断何时能够在周围光线中拍摄，以及何时需要补光闪光灯。完全利用闪光灯的亮度拍摄的照片，可以直接丢尽垃圾桶了。



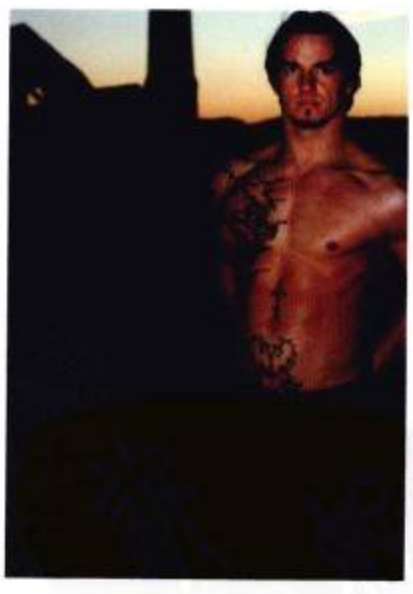
拍摄前期准备

拍摄对象在面对光线时是容易捕捉的。直接将光圈打开，利用中央重点测光模式聚焦于拍摄对象。利用周围光线拍摄，当模特背朝落日方向时，你就需要使用补光闪光灯，否则他们就显得太暗了。分区测光，这样就能对天空测光而不仅仅是对人，因为捕捉其色彩非常重要。你可以使用50mm镜头拍摄这组照片，可以拍摄特写，可以从较远处拍摄。不要用35mm以上的镜头拍摄，避免使拍摄对象变形。



01 这幅照片向你展示了不该采用的做法。拍摄对象的脚毫无理由的被切掉了。这并不是四分之三身长的构图，完全是处理不当。拍摄的对象并非特写，而且这个姿势拍不出效果，背景也非常单调，天空的大部分色彩都丢失了。

02 这是第一幅照片应该采用的拍摄方法。拍摄对象的脚下留出了足够的道路，为延伸到远处的道路增加了深度。地平线上的建筑物也增加了画面趣味。正面的拍摄也充分展现了拍摄对象的态度。



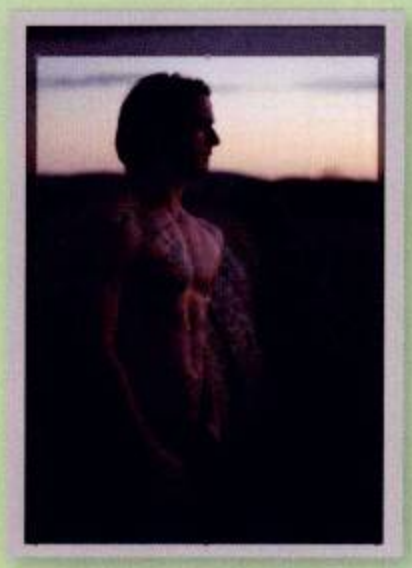
03 浑浊的小路边是一排干草垛，后面的田地里是废弃的磨坊。这幅照片使用了闪光灯来照射模特，同时记录背景中的天光。地平线上的废墟增加了照片的趣味，它作为一个轮廓来呈现的，但是，并没有贯穿拍摄对象的背后。

好点子

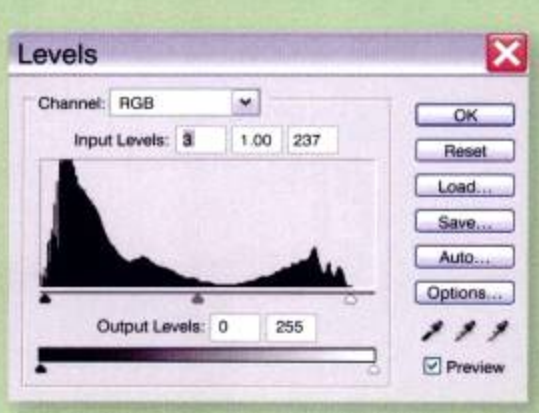
没有反光板怎么办呢？用一大块白板也可以起到反光板的作用。另外，白色的墙壁也能够将光线反射回来，所以可以对着一面墙站着，让你的拍摄对象面朝着它。

照片编辑

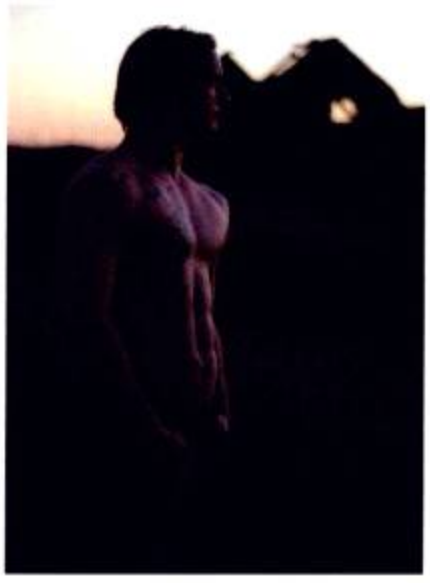
▶ 这幅照片显示了上一幅作品的正确拍摄方法。模特面朝光线，身后的一排干草垛消失在了远处。光圈较大（f/1.8），模糊的干草垛作为背景不会把注意力从拍摄者身上转移开，天空中充满着落日的微妙色调。模特的姿势与环境状况非常协调。



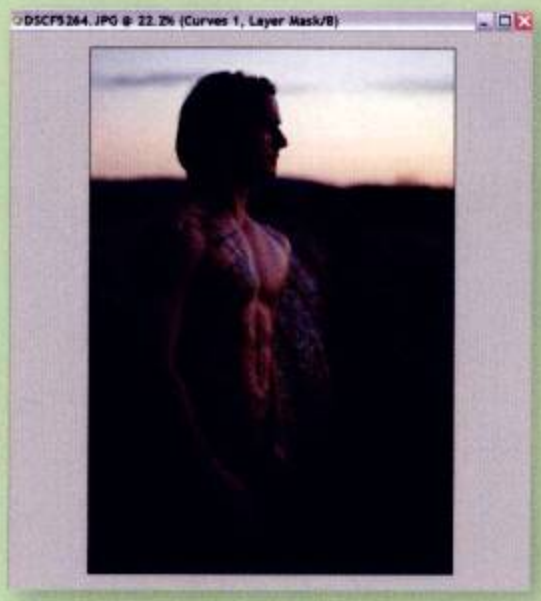
◀ 照片的上部空余的空间有点过多。尽管我并不想裁切到模特的头所在的地方（因为非常重要的一点是要展现环境），我还是使用了Crop（裁剪工具）来切掉了一小部分。



▲ 由于光线相当暗淡，因此没有使用完整的色调范围，于是运用了Levels（色阶）将色调范围延展开来。



04 在这幅照片中，拍摄对象面对着光线，这样就只能记录周围光线。不过这个角度并不好，画面虽然有深度，但是看起来显得杂乱，因为拍摄对象的头与背景中的废墟重叠了。



▲ 创建了一个复制图层，并运用了Gaussian Blur（高斯滤镜）。这一层的混合模式被更改为彩色（color）。其目的是提高原始图层的色彩饱和度，不过是以微妙的方式提高，并没有增加数字噪点。

▼ 然后运用Curves Adjustment Layer（曲线调整图层）将干草垛周围的阴影加暗，身上表面加亮。在人物所在的地方刷上蒙版，这样就避免因为调整而受到影响。

工具一览

裁剪工具
图像>调整>色阶
曲线调整图层
复制图层
滤镜>模糊>高斯模糊

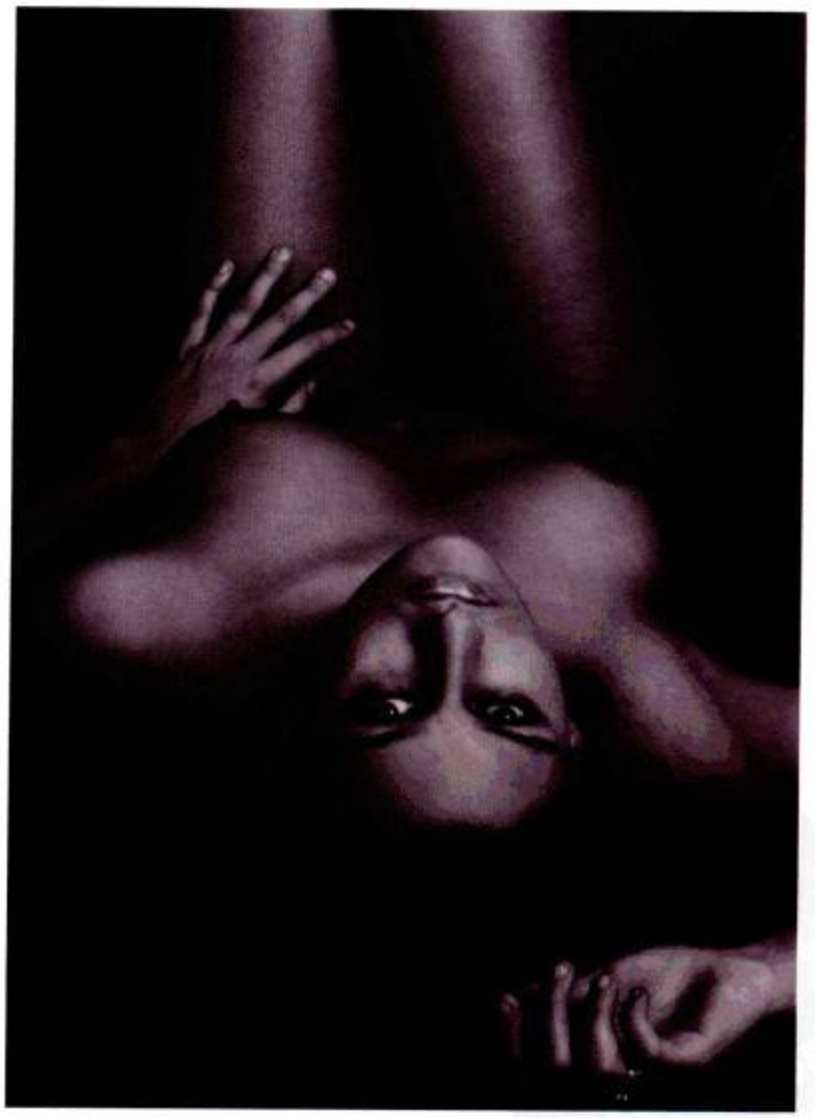
不同寻常的视角

寻找不同寻常视角的拍摄是人体摄影的方法之一。这一做法意味着使用摇摄镜头并进行放大，使用广角镜头将模特置于环境中，或者运用广角镜头的特性接近模特并使其视角变形。通过采用特别的视角，无疑会得到很多直接丢进垃圾桶的照片，但是成功的作品却经常是打破经典的姿势，从而得到新鲜而出人意料的视觉效果。

▲ 在这幅照片中，相机在拍摄对象的上部较高处。使用了50mm的镜头以便能够拉近，且没有引起画面的任何变形。

拍摄前期准备

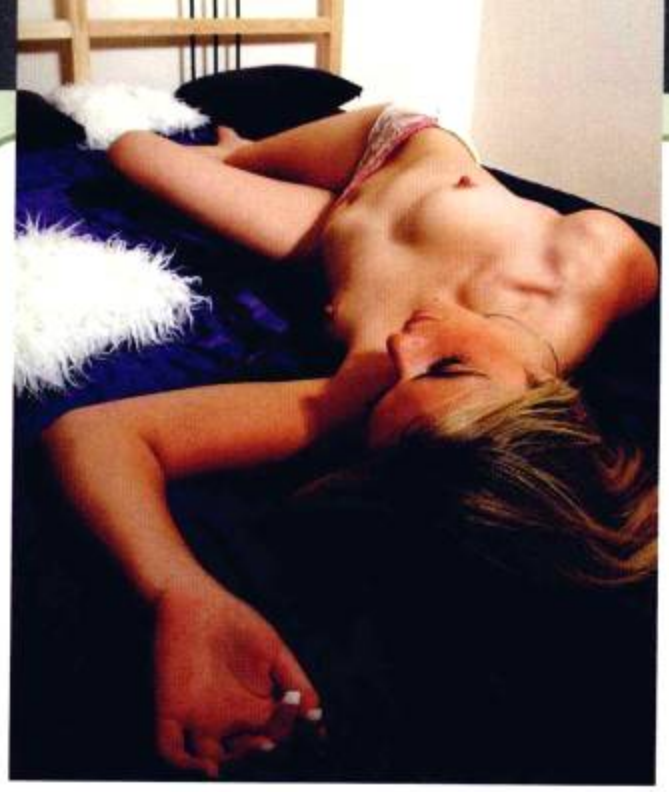
这幅照片中有一个主光，利用一个控光伞来控制，发出的光线从床的一端向另一端照射一大块区域。需要进行仔细的定位和测光以确保光线在两端之间的分布比较均匀。测光读数为f/5.6，因此相机光圈就如此设置，设置快门速度为1/125秒以便与光线同步。使用了18～50mm（27～75mm）的广角变焦镜头，并采用广角端拍摄，这样就可以在床周围的各个方向进行拍摄。



► 模特仰卧着，腿上举。胳膊的放置使之彼此对位，头发抖落下来，散布在取景框的前方。使用75mm的焦距，以避免头部显得过大，焦点在眼睛处。

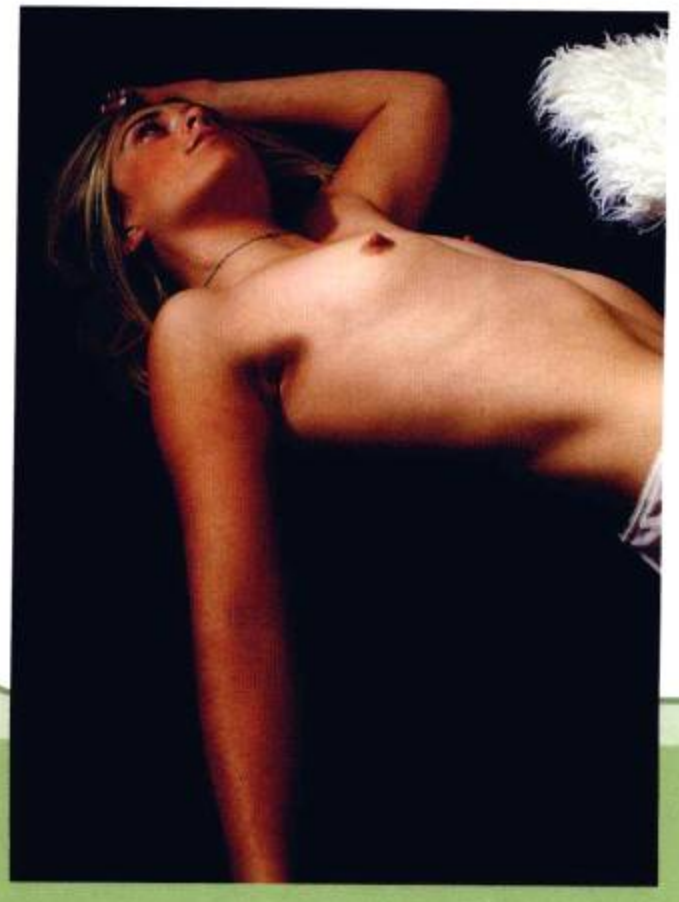
好点子

在拍摄人体照片时带上一系列的镜头，你获得了你预想的照片之后，可以尝试一下与之相反的镜头并变换位置，看看能否找出一个大不相同的结果。



01 在这两幅照片中，都使用了广角镜头以便得到变形效果并让这一姿势显得夸张。模特躺在床上，一只胳膊和头发朝向相机。这一姿势把视线引向远处。

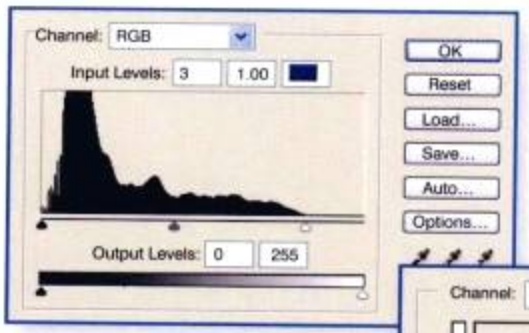
02 这幅照片尽管使用了与上一张相同的布置，但是画面大不相同。模特在图像的上部三分之一的部位横躺着，一只胳膊向下悬垂在左侧三分之一处。镜头的变形使得胳膊显得特别长，加剧了略带一点梦幻色彩的效果。



照片编辑

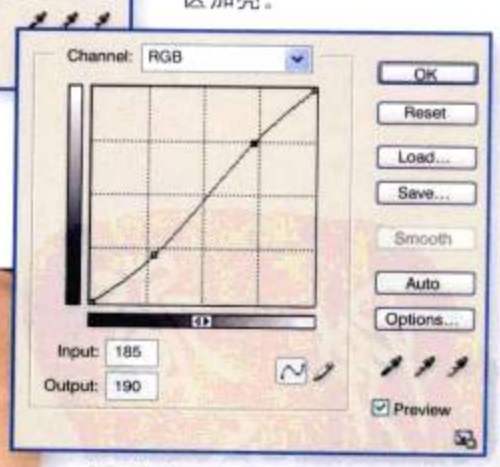
▲ 原始照片中上部的空间略多了一点。散热器似乎没有什么吸引力，所以把它剪切掉了。

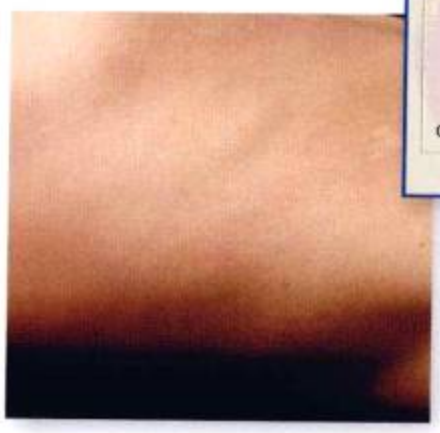
▲ 使用了Clone Stamp（仿制图章工具）来将床单拉长，使之填补了照片上部的空间。



▲ 使用了Levels（色阶）命令来延展色调范围。

▼ 使用了Curves（曲线）工具将紫色加暗，并将亮区加亮。





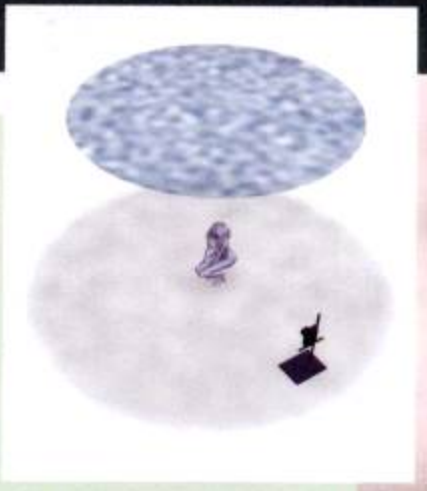
◀ 再次使用Clone Stamp（仿制图章工具），设置为加亮模式，不透明度设为100%，小心地去除内衣上的痕迹和斑点。

工具一览

裁剪工具
仿制图章工具
图像>调整>色阶
图像>调整>曲线

背景纹理

由于模特往往有着光滑的好皮肤，你可以在摄影中尝试些有趣的做法，例如将皮肤的光洁与背景的纹理形成对比。这些纹理是什么都没有关系；只管利用皮肤与环境之间的对比即可。你可以寻找自然的纹理，例如树皮、叶子、草地、石头和岩石，或者诸如建筑物、汽车或豪华的室内家具等人造的纹理。



拍摄前期准备

模特屈膝躺在树林中小池塘的一侧，她的背后有一条小道向上延伸出去。镜头为50mm，在数码单反相机上的有效范围为75mm，光圈开大到f/1.8，将背景纳入到软焦点范围内。相机大约放置在10英尺（3米）之外，柔和、散漫的光线通过树木从头顶上照射过来。

01 这幅照片中的背景纹理来自于模特所坐的粗糙的石台上。由于天气较冷而且有风，环境显得有些让人难以靠近。

02 斯蒂芬·海恩斯拍摄的这幅照片借用了石头的纹理，但是效果与众不同。模特非常放松，她的皮肤与身下的岩石纹理形成质感对比。

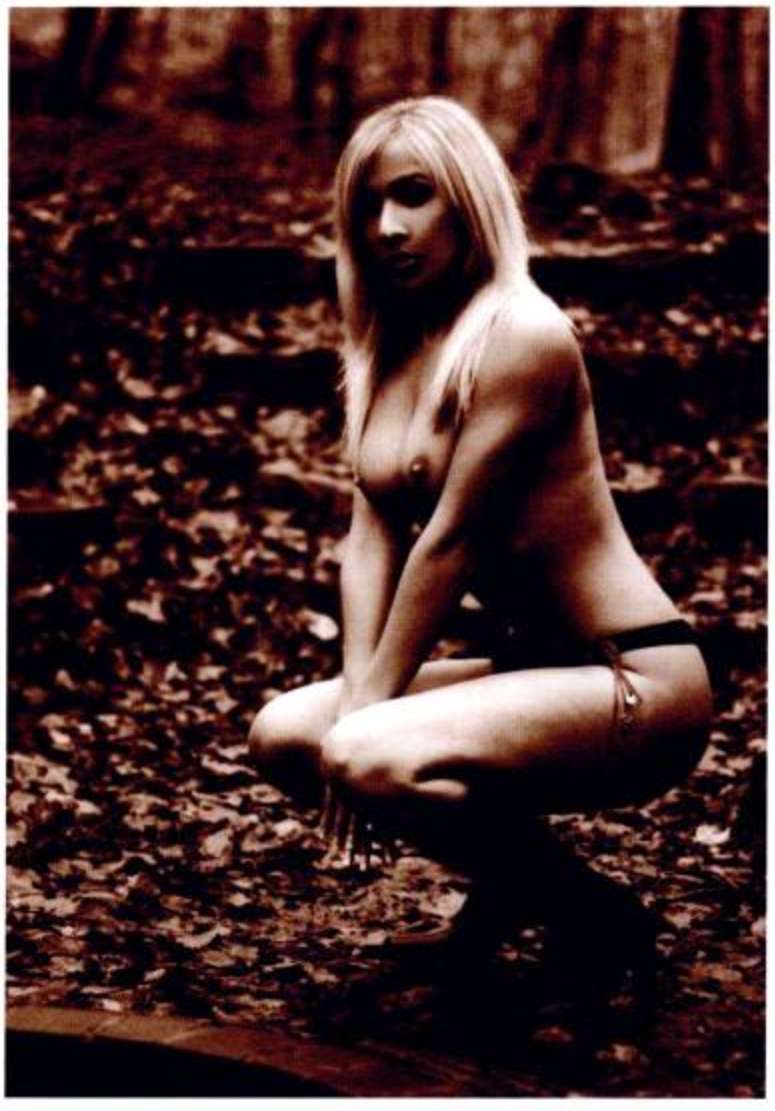
03 斯蒂芬用摇摄镜头拍摄了这幅照片。光圈开得尽可能大以防止相机抖动。景深相当有限，导致远处的绿色出现了令人愉悦的模糊。

好点子

是不是想不出可用的背景纹理？可以在屋里四处看看，或者到一家装饰柔和的店里去，看看能否找到一个色泽丰富的大毯子，以便让模特对着它摆姿势。

照片编辑

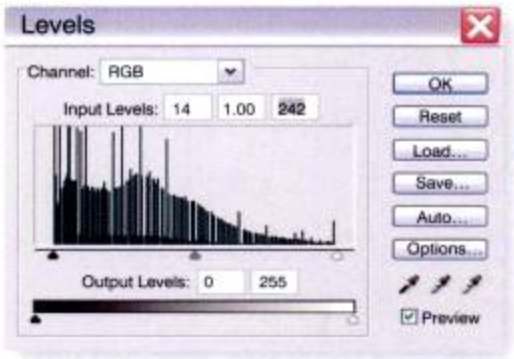
▼ 随着秋日的到来，所有树叶都逐渐落下，散落的树叶构成了照片的纹理，与模特光洁的皮肤形成对比。拍摄时让模特蹲下来，这样，通往延伸到远处的台阶就显露在背景中。



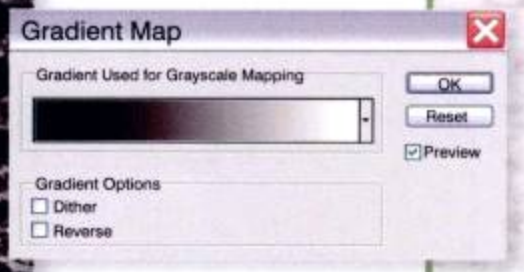
提 示

如果你希望所有的背景纹理都和模特一样清晰，那就使用较小的光圈（比如说f/22）；如果希望捕捉背景中的纹理的整体柔化感觉，那就使用f/4或者更大的光圈。

► 图像相当平，因此对画面层次进行了调整，扩展了色调范围并提高了对比度。



▼ 运用黑白Gradient Map（渐变映射）将图像转换为单色。



◄ 使用Clone Stamp（仿制图章）工具，采用lighten（加亮）模式，不透明度设为100%，以除去内衣上的某些痕迹和斑点。

► 创建一个复制图层，然后运用variation（变化）命令添加红色和黄色色调，形成深棕色的画面效果。色彩有点饱和，因此将图层的不透明度降到75%，然后进行混合。

工具一览

图像>调整>色阶　　仿制图章
图像>调整>渐变映射　　复制图层
图像>调整>变化

拍摄运动的身影

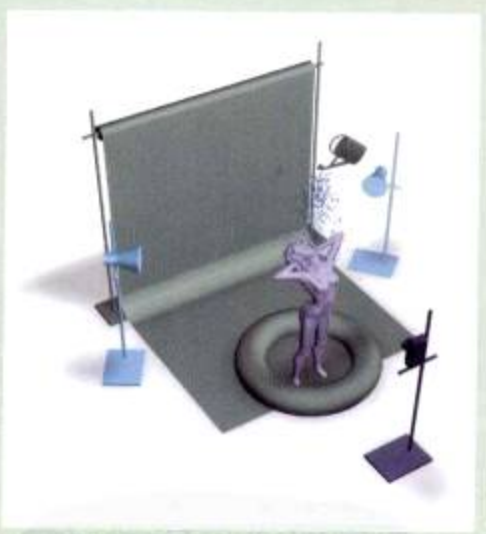
摄影通常要捕捉几分之一秒的瞬间，但是你也可以尝试将这个瞬间拉长到整秒。你也可以捕捉一系列的运动，而不是精确的瞬间。当你将其他要素（例如水）结合在一起时，使用较快的快门速度会达到相反的效果。本来流畅的水流被凝固为单个的水滴和蒸汽，飘落在拍摄对象身上。当快门速度足够快而拍摄对象或者相机移动时，甚至轻微的移动，都会让人体照片显示出艺术效果。

拍摄前期准备

做好拍摄淋浴中的模特的前期准备。这是一幅在摄影棚中拍摄的作品，第一个要点是让任何电器远离流水。模特站在一个池子中央，在右侧有个站在梯子上的人用洒水器向模特身上洒水。模特两侧各有一个大功率的灯（泛光钨丝灯），灯的位置稍有些偏后，这样可以从背后照射模特。关键是要让光线透过水。光圈设置为f/8——这是使用内置的点测光得出的结果。快门速度为1/640秒，这是所用的奥林巴斯相机的最高快门速度。尽管相机有内置的变焦，不过还是设置为大约75mm的焦距。

01 在这第一幅照片中，你可以看到长时间曝光的效果。这幅照片的曝光时间为2秒，拍摄对象正在来回移动。模特还要来回挥手，这样可以有意让图像更模糊一些。

02 马克•瓦利拍摄的这幅照片使用了2个500瓦的大功率钨丝灯，快门速度为1/150秒。然而，有些相机在拍摄的过程中出现轻微的移动会导致重影。相机抖动的效果可以为人体人像摄影带来艺术色彩——尽管这在风景摄影中不可接受。



提 示

要在较长时间的曝光中拍摄移动对象时，背景仍能保持清晰，需要将相机安放在三脚架上。

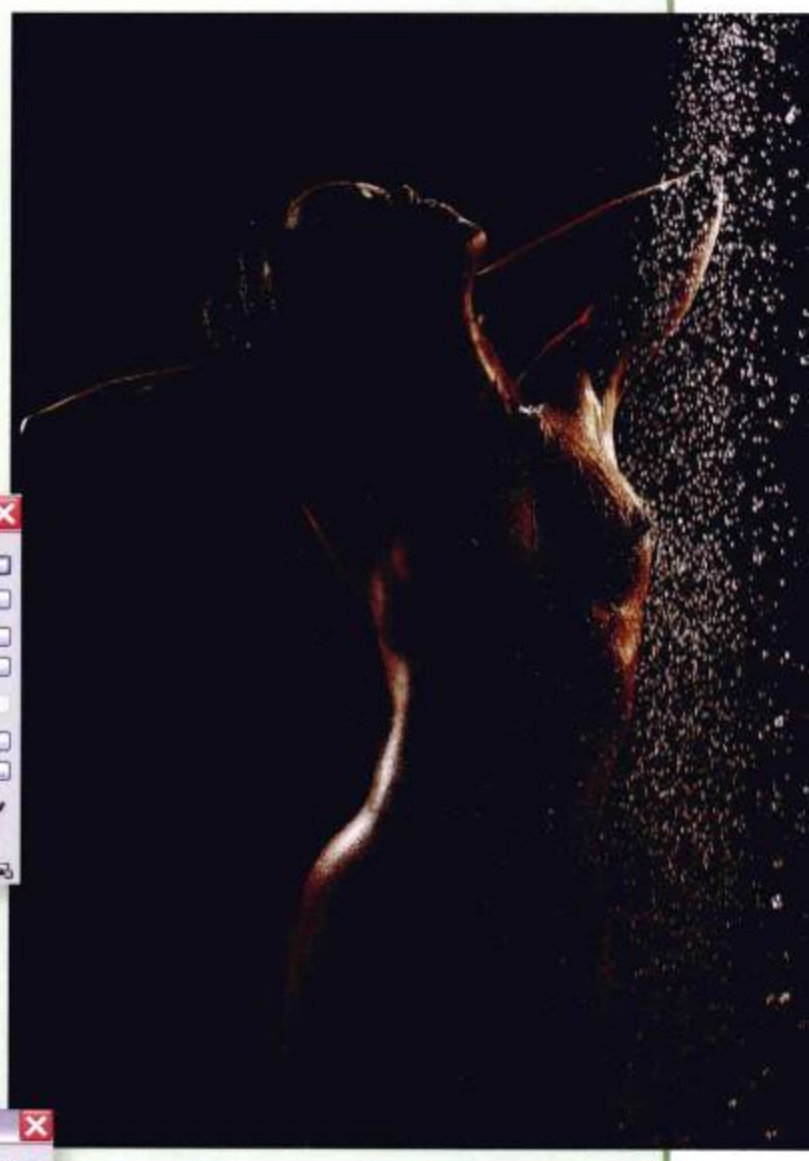
好点子

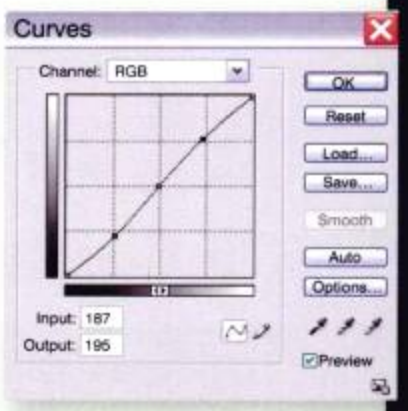
可尝试让模特保持不动，移动他们周围的物体，例如灯，蜡烛和闪光灯，以此制造不同寻常的灯光效果。

03 这幅照片的拍摄前期准备比较棘手，因为模特所站的区域是由相当微弱的造型灯光来照明。她背对着黑色背景站立。首先，所要求的快门速度约为4秒。这一设置以Shutter Priority（快门优先）模式在相机中调节。对背景灯进行测光，得到的光圈读数为f/4。然而，我希望背景暗一些，及在模特身上的地方除外。因此将闪光设备和相机均设置为f/8。随着快门的打开，请模特开始跳舞并运动；然后，在曝光就要结束时，利用红外遥控将电子闪光灯打开。结果在长时间曝光过程中，钨丝造型灯在模特身上产生了鬼魅般的黄色拖尾效果，当闪光灯亮起的瞬间，模特就定格了。

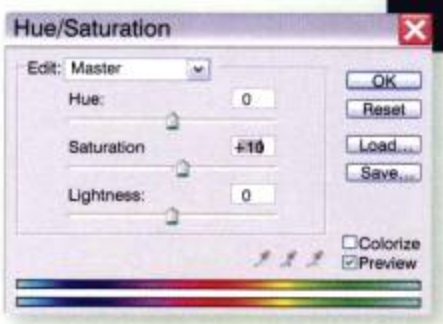
照片编辑

▶ 当你在模特的构图中引入流水的时候，调节快门速度很有可能带来创造性的效果。在比昂•奥尔森拍摄的这幅照片中，流水被较快的快门速度定格了，还捕捉到了模特在淋浴中溅水的动作。





▲ 使用Curves（曲线）功能将阴影加暗，并让水滴面对背景时更加闪亮一些。



▲ 使用Hue/Saturation（色相/饱和度）将图像色调加以调节，使皮肤显得更暖一些。

▶ 使用Unsharp Mask（USM锐化）突显水滴，数量设置为50%。

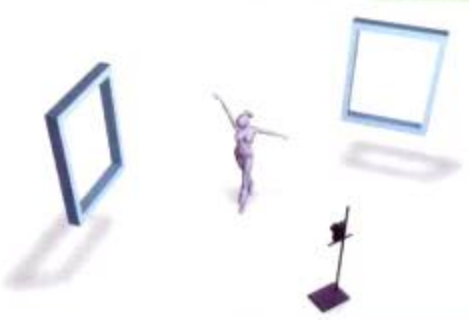
工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度
滤镜>锐化>USM锐化

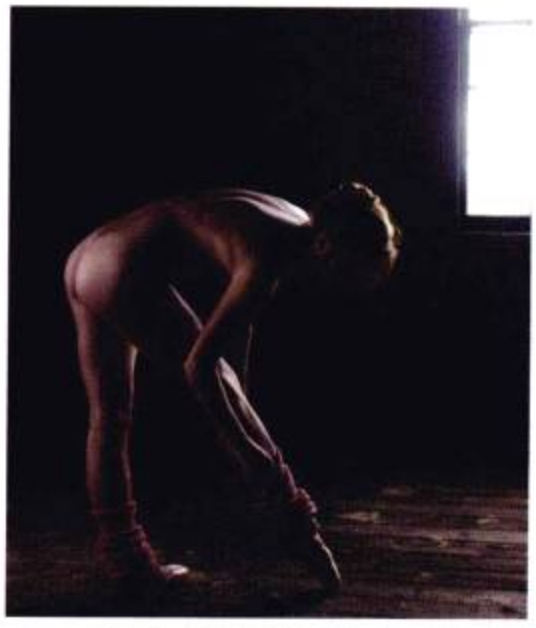
作业：拍摄舞者

你的运动拍摄作业是拍摄一位接受过芭蕾舞训练的舞者，她希望得到一系列优雅的人体摄影作品，既要展示她的身材，又要展现她做出的各种舞姿。因为她会来回运动，需要为她提供一个足够大的空间，而且你必须从更远的距离进行拍摄。因此，只有很大的摄影棚才能满足这一要求，能够进行外景拍摄则更好。

拍摄前期准备

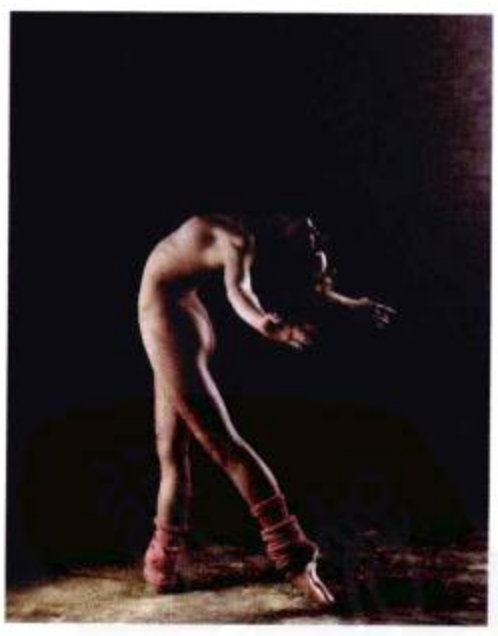


拍摄场所和灯光的选择最重要，因为拍摄对象必须能够自由移动，不需考虑灯光在什么地方。这个场所是纽约的一个改建的仓库的顶层，是个颇为理想的选择。光线从两个大窗户射入，拍摄对象的身后有个较暗的角落，使模特在光线的照射下显得比较突出。镜头大约为105mm，相机在20~30英尺（6~9米）之外。光圈为f/8，确保了舞者在运动过程中有足够的景深；自然光线则确保了足够快的快门速度，以便将运动中的拍摄对象定格。



01 第一幅照片是拍摄对象在压腿，对腿部进行热身。这一动作是显示舞蹈的初始步骤。应注意使用从窗户射入的光线，如果在拍摄过程或者相机进行测光时进来意外的光线，可能会导致画面氛围破坏或者画面曝光不足。

02 这是一幅很棒的动作照片，舞者以脚尖着地直立，展示其出色的运动能力和控制力。



03 这幅优雅的照片展示了模特灵活的身姿——她向后屈身，胳膊张开。你可以在拍摄完成后做出对照片进行任何剪切的决定——优先考虑的是捕捉运动状态。

好点子

如果光线太暗无法清晰地捕捉图像的话，使用补光闪光灯有助于解决这个问题。不要使用通常的相机上带的闪光灯，因为这种灯会破坏气氛。

照片编辑

◀ 在这幅照片中，舞者完全处于运动过程中，手臂伸展着，脚尖着地，展示了以舞蹈的方式控制的运动身姿。较大幅度的剪切确保了没有浪费的像素。

▲ 拍摄主体周围有较亮的光源时，有可能出现照片逆光。因此需要Levels Adjustment Layer（色阶调整图层）将照片加亮，但是使用了Mask（蒙版）以阻止右侧变得更亮。

◀ 运用Unsharp Mask（USM锐化）滤镜实施少许锐化，以确保图像看起来生动。

▲ 在Hue/Saturation（色相/饱和度）对话框中将黄色和红色的饱和度提高5%，使皮肤色调稍暖一些。

提 示

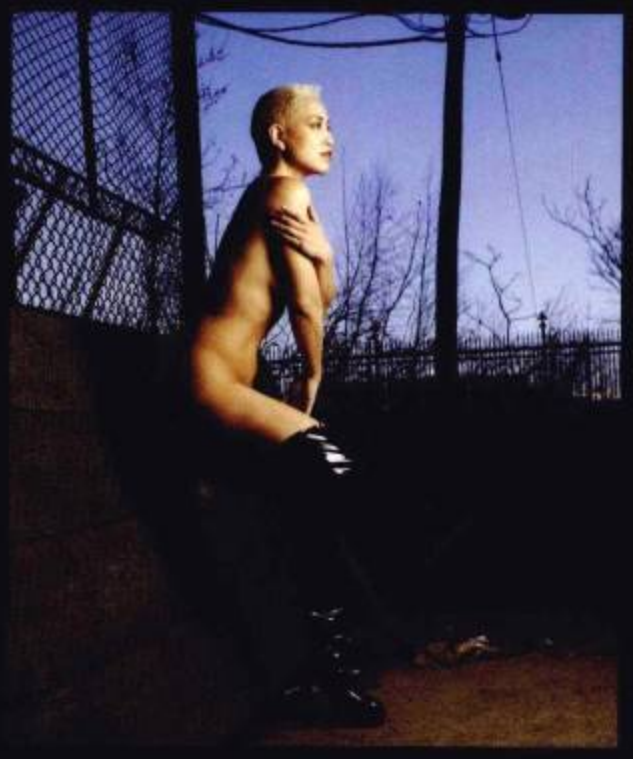
将运动定格是拍摄这幅照片中的要求。当用自然光拍摄时，或许最好是切换到快门优先（Shutter Priority）模式，如果光线不足就选择1/125秒的曝光速度；否则可以选择1/250秒的快门速度。

工具一览

色阶调整图层
滤镜>锐化>USM锐化
图像>调整>色相/饱和度

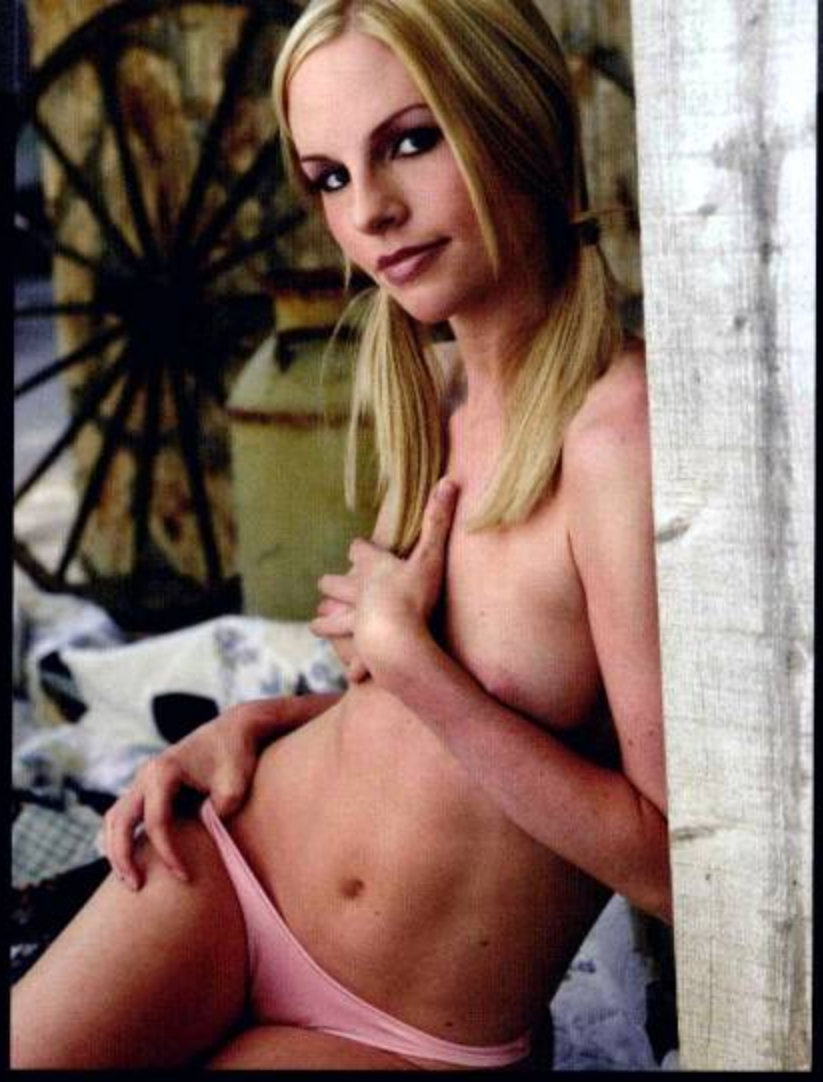
灵感：最佳的外景拍摄

当在户外拍摄人像照片时，环境会成为摄影叙事的一部分，环境氛围与人物格调一致，让叙事变得更有意义。或者，拍摄场景可以为拍摄对象提供场所和身份，让他们融入其中。最后，外景可以提供一个拍摄的背景。所有这些因素都构成外景拍摄成功的要素。



废弃的工业设施中的公交车棚，为丹•霍威尔提供了一个有着污垢和腐烂气息的场所，还有一点点隐私。他选择在一个晴朗、寒冷的上午拍摄。

这幅照片中有多个光源，使用50mm的镜头从25英尺远处拍摄。相机对电子闪光灯设置了AWB（自动白平衡），用来照亮拍摄对象，同时还有蓝色的光线通过窗户从外面照射过来，还可以看到背景中有从马路上的路灯发出的黄色光线。



丹•霍威尔拍摄的这幅外景照片使用了一名看起来自然清新的模特，以乡村为背景拍摄，画面有点西部风格，环境与人相互补充，而不是形成对比。

一座窗框破损的老房子，破旧的家具以及传统风格的床和网状窗帘，完美地配合戴尔•莱默（Dale Lehmer）拍摄的这幅棕褐色调的人像照片。

摄影师通常会尽量避免出现在中午的强烈对比光线，但是斯蒂芬•海恩斯在这幅照片中却进行了非常精彩的诠释，桥梁支座的对角线黑白分明，将模特纳入夺目的强光中。

5 用光风格

你如何对一个场景用光——不论是使用自然光源，还是使用场景或摄影棚中的人造光源——决定了照片的整体面貌和情绪。拍摄对象的个性表现和姿势要么适合你所营造的用光方案，要么与之形成具有冲击力的对比，而用光和构图则是你首先需要关注的因素。在本章中，我们将探讨不同类型的用光以及如何借助取景设备辅助构图。

▲ 从窗外投射进来的光线。本章中的第一个作业，要求你只利用从窗子照射进来的光线拍摄一系列的照片。

▲ 拍摄剪影。将拍摄对象作为一个轮廓呈现出来，或者用其它物体的轮廓来遮掩你的拍摄对象。

▲ 作业：取景框的操作。让你的拍摄对象在一个固定的取景框内移动和工作。

▼ 灵感：用光和取景最佳的照片。

▲ 反射和散射。通过运用反射和变形来创造神秘而有趣的画面。

利用日光

使用日光的一个很大好处是它无处不在，还免费，无论在户外还是室内都可以使用。日光提供了大量的机会，令你可以尝试不同类型的摄影。但是，坏消息是自然光是可变的，不可靠。它不是摄影师能够控制的，没有旋钮可以把它调节得更亮一些、更暗一些或者对比度更小一些。然而，你可以运用技巧，按照你希望的方式操纵光线。例如，你让拍摄对象处在什么位置，决定了光线将如何反射和折射，以及阴影将落在什么位置。

01 在多云的天空中从窗户透过的光线提供了一种精彩的散射光源。拍摄对象可以不用眯着眼朝向光线。在这幅照片中，以模特身后以及远处的窗子作为背景。

提 示

如果你希望拍摄对象可以清楚地被看到，并且能够接收后面从窗户过来的光线以显示大量细节，那么就使用点测光，读出拍摄对象的皮肤和阴影区域的数值。

02 有了日光，在户外也可以进行拍摄。在晴朗的天气时需要特别注意阴影的处理，甚至有云彩的时候也要注意。也许不会出现难看的阴影，但是光线太亮的话，模特很难睁眼向上看。

03 就像这两张照片所表现的那样，你可以在你的照片中控制用日光的方式。左边的照片只是单纯地使用了日光，并对皮肤进行了中央重点测光，以确保人物不会呈现为一个剪影。在右侧的照片中，加入了一个便携式闪光设备，设置的功率比窗外透射进来的光线低。结果它加亮了图像的一侧，显示出了模特的脸，并且没有丢失阴影细节。

拍摄前期准备

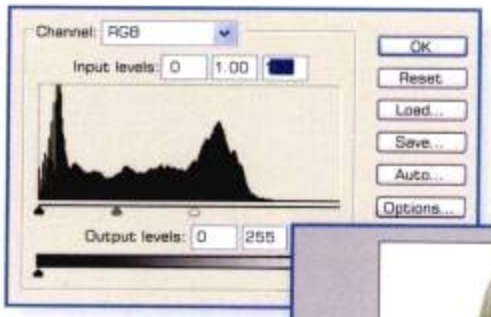
使用从窗外透射进来的光线就像使用影室闪光设备的光线一样容易。这次拍摄是在一个多云的天气中，这对于拍摄颇为理想。因为此时没有难看的阴影和强烈的明暗对比。在这幅照片中，模特坐在沙发上，光源在左侧，使她的一半脸隐藏在柔和的阴影中。光圈设置为f/1.8，景深很浅。使用50mm镜头，相机在10英尺（3米）之外。

好点子

可以通过利用反光板来提亮背光面中较暗的区域。银质反光板可以提供一种洁净的质感，而金质反光板可以为拍摄对象的皮肤提供健康的光泽。

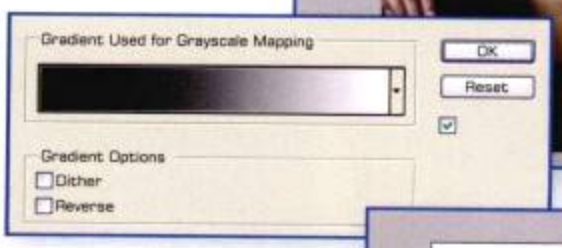
照片编辑

▲ 在这幅照片中，模特放松地靠在长沙发的一角，左侧窗外的光线提供了柔和的漫射照明。由于是多云天气，这使得照片中的细节仍有明显的阴影。在这样的条件下，你需要做的就是让模特的姿势适合窗外的照明。

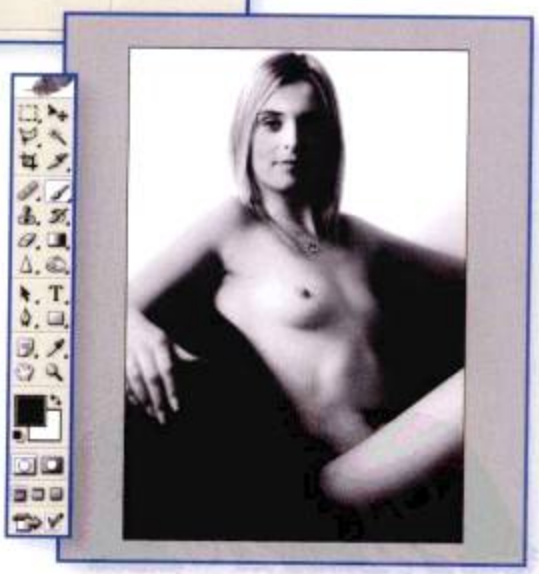


▲ 使用Levels Adjustment Layer（色阶调整图层），以便将暗淡的背景加深，加强明暗反差。

▼ 利用Paintbrush（画笔）工具在人物上画出一个蒙版，以确保拍摄对象不会在与背景交汇处丢失亮部细节。



▲ 然后运用Gradient Map（渐变映射）命令将图像转换为单色。



► 创建一个复制图层，然后运用Gaussian Blur（高斯模糊滤镜）让其变得模糊。对重叠区域设置层次混合模式，将不透明度降低到50%。这可以添加更多的阴影，并在亮区和暗区之间形成更为精细的渐变。

► 调整不透明度为20%以及使用Clone Stamp（仿制图章工具）对皮肤上不光洁之处做平滑处理，形成精致无瑕的效果。

工具一览

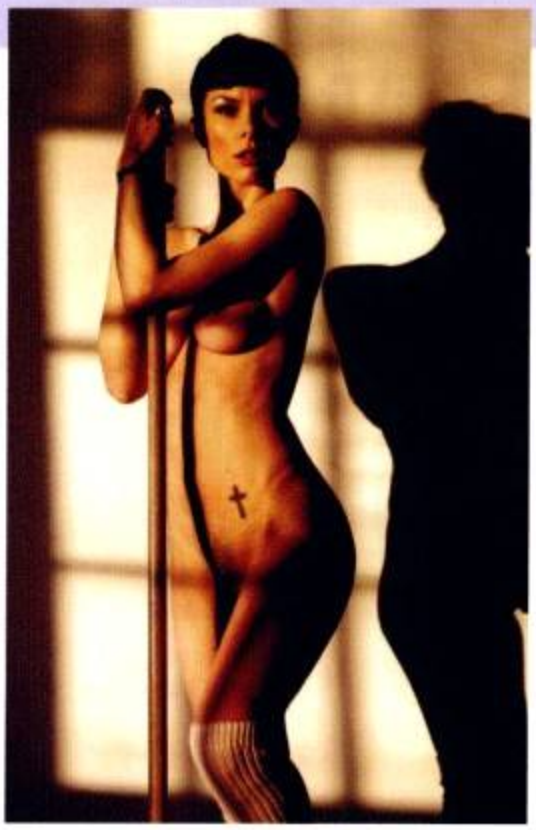
色阶调整图层
图像>调整>渐变映射
滤镜>模糊>高斯模糊
画笔
仿制图章工具

作业：从窗外投射进来的光线

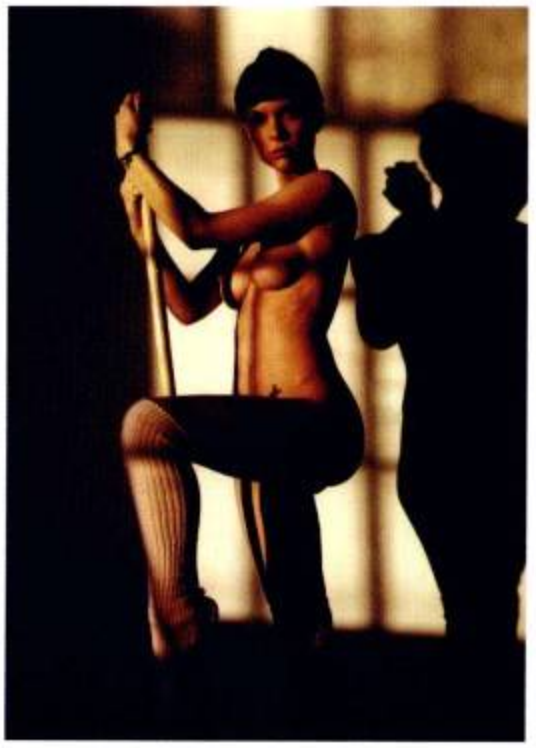
你的任务是利用从走廊中透过的光线，拍摄一位训练有素的舞者。拍摄的要求是展示模特的运动身姿，光源只限于日光。如果你可以在构图中纳入阴影或窗户映射在墙上的图案，画面会更丰富。照片作为一个系列必须有意义，但是单独看来也应该完整。

拍摄前期准备

让模特处于傍晚的阳光中，光线通过窗子照射进来，因此会有充足的阴影效果。站在10~15英尺（3~4.5米）之外拍摄，使用短长焦镜头（28~70mm），选取不同的景分别进行拍摄。首选分区测光法，如果容易丢失亮区的话，那就使用中央重点测光法，一般从模特的皮肤处读取相应的数值。



01 模特使用竿子作为道具，以此展开拍摄过程。在这幅照片中，从窗子通过的光线为拍摄对象提供了很好的背景。



02 在这幅照片中，模特手握着竿子，大腿抬起，充分地展示了她的运动身姿。由于窗框和模特在身后的墙上形成了阴影，给画面带来充分的视觉趣味。

03 在这幅照片中，拍摄对象看起来像是被从窗子的阴影装在框中。身姿也显得懒散，但是踮起的脚尖还是展示了模特的舞蹈背景。

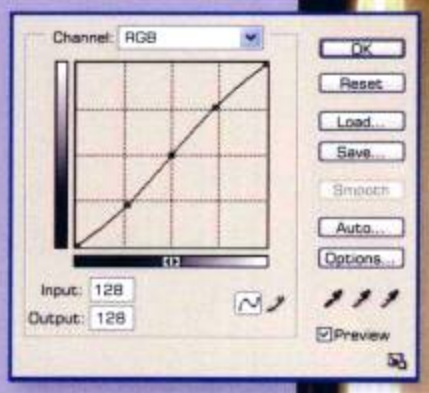
好点子

如果你有个有趣的背景（比如一面有纹理的墙），但是阳光却没有落在背景上，那么可以用个大反光板将光线朝着那个方向反射

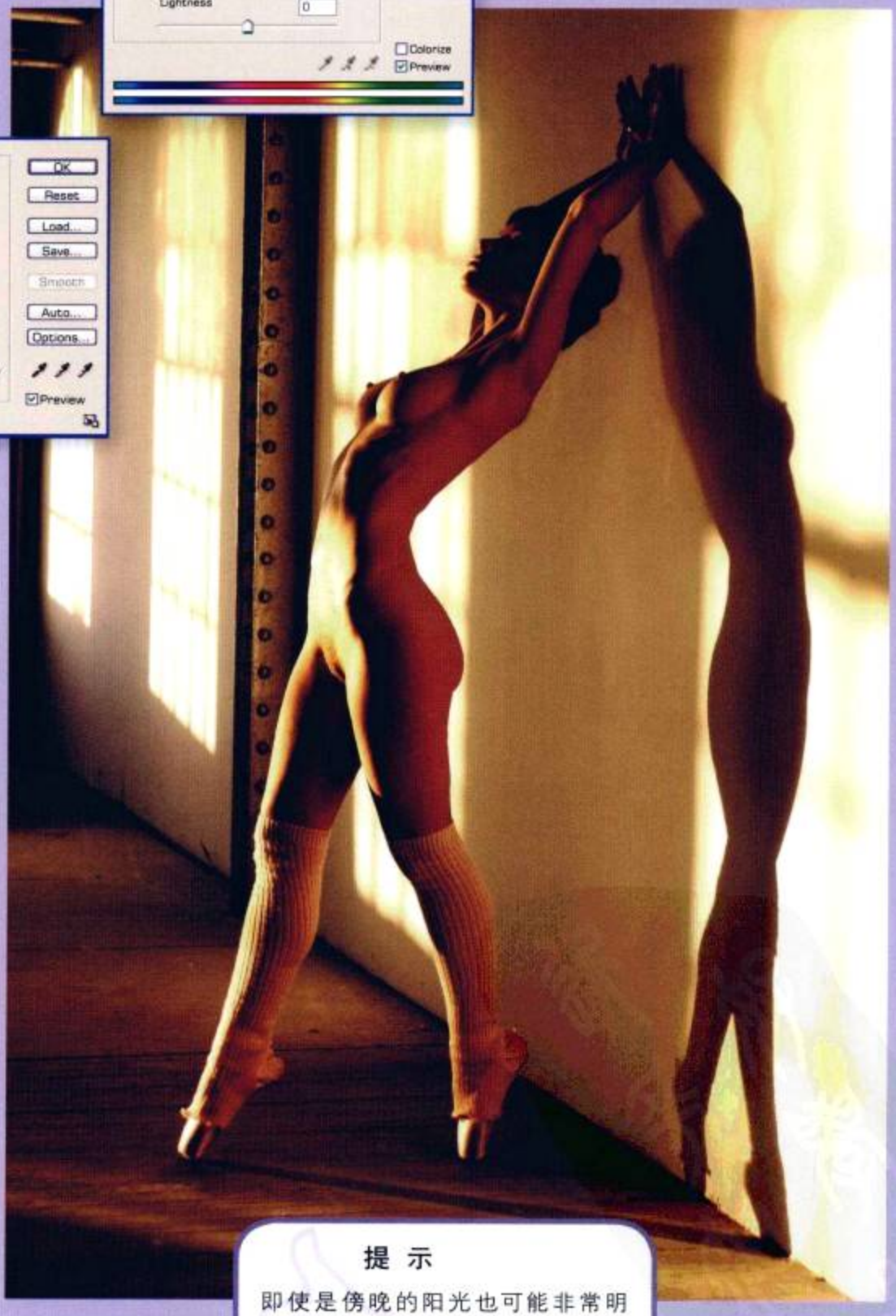
照片编辑

▶ 这是这一系列中拍摄的最好的作品，这个姿势完全展示了拍摄对象的运动能力。窗户和模特的投影与傍晚绚丽的阳光结合在一起，同时拍摄的角度也使之展现出最大的活力。

◀ 将饱和度提高了5%，使色彩稍稍加强一些。



▶ 运用Curves（曲线）命令，将图像的对比度稍稍增强一些。



04 从窗框反射过来的光线相当散漫，形成一个总体形状和水花般的彩色光线。模特穿着芭蕾舞鞋，以脚尖着地站立着，腿看起来被拉长了，画面十分唯美。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>渐变映射

提 示

即使是傍晚的阳光也可能非常明亮，设置为（比如说）f/5.6的光圈应该能确保拍摄对象进入清晰的焦点范围，而远处的背景则不在其中。

剪影

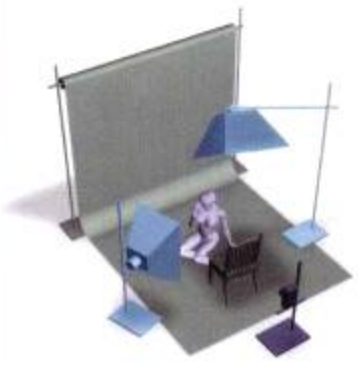
艺术人体摄影特别强调构图和形状，拍摄剪影就是一个颇为常用的技巧。拍摄剪影最简单的方式是将你的拍摄对象置于明亮的背景光线中，并且对明亮区域进行测光。结果通常是快门速度较快，而前景（包括拍摄对象）则呈现在阴影中。

01 这幅照片是在摄影棚中拍摄的，是剪影摄影中最简单的一种形式。图中有明亮的背景光线，但没有照射到拍摄对象身上。这样就把模特变成了一个黑色的轮廓，使得该照片成为只有形状的画面，而几乎没有其他内容。

02 你不必为了运用拍摄剪影的概念而将人物完全变成轮廓。

拍摄前期准备

起初拍摄这幅照片的意图是用椅子的形状框住模特。椅子放在她前面6英尺（1.8米）处，使用50mm镜头隔着椅子拍摄模特。可以使用焦距更长一些的镜头，因为两侧都有充足的空间。主光是相机左侧的一个带有柔光箱的闪光设备。模特头顶上方还悬挂着一盏照射其头发的补光。主光发出的光线照射到椅子的区域。



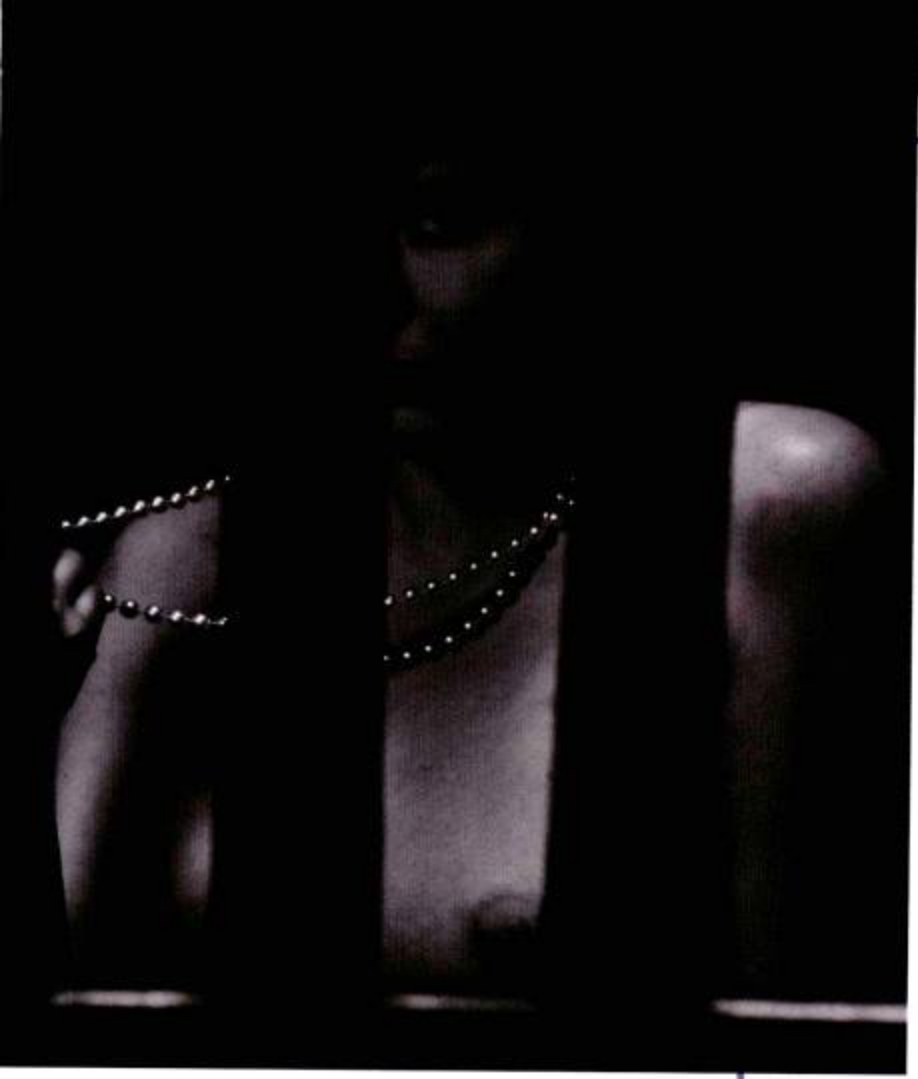
提 示

使用点测光或中央重点测光法，从背景中的明亮区域取得读数，以确保足够快的快门速度。

03 门口是必经之处，不论拍摄对象是走进来还是走出去。由于外面的光线总是更亮一些，因此比较容易将拍摄对象作为剪影来呈现。然后，拍摄的问题就在于如何处理拍摄对象与环境的关系。

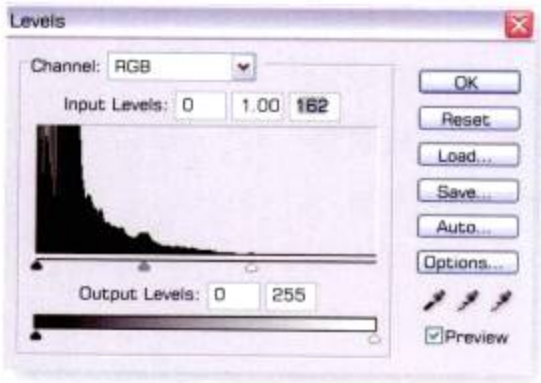
好点子

如果背景不够亮以至于无法将前景变为阴影的话，那么可以布置闪光设备来照亮背景。

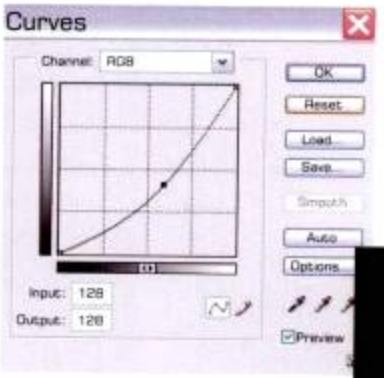


照片编辑

◀尽管一开始椅子是作为一个取景设备放在了模特的前面，但很明显，将椅子作为一个剪影会使效果更加明显。因此，在这幅照片中，剪影并不是拍摄对象，而是椅子。



◀由于图像非常暗，因此将Levels（色阶）展开以便运用更多的色调。这样做的首要目的是让拍摄对象变得更暗一些。然后利用Gradient Map（渐变映射）命令将图像转换为单色。



◀创建一个Curves Layer（曲线图层）将椅子加深并将前景转变为剪影效果。在椅背的缝隙中使用图层蒙版，以便保留照片中的明亮区域。

◀由于图像中有太多没有利用的空间，运用Crop（裁剪工具）将观众的注意力集中在模特的神态上。

04 埃里克•凯勒曼拍摄的这幅照片运用拍摄对象身体局部和一个道具（一个花瓶），构成了一个图形。由于图片是在上部剪切的，留下的是花瓶与拍摄对象的柔和曲线。

工具一览

图像>调整>色阶
图像>调整>渐变映射
曲线调整图层
裁剪工具

摄影棚的闪光灯选择

如果你从未在摄影棚拍摄过，那么如果你认为你的用光选择不过是带有柔光箱的大灯也就情有可原。其实，除此之外还有很多种选择，你能创造出多种效果以满足你能设计出来的任何状况。一些附件和用光类型增加了摄影棚的用光可控程度。

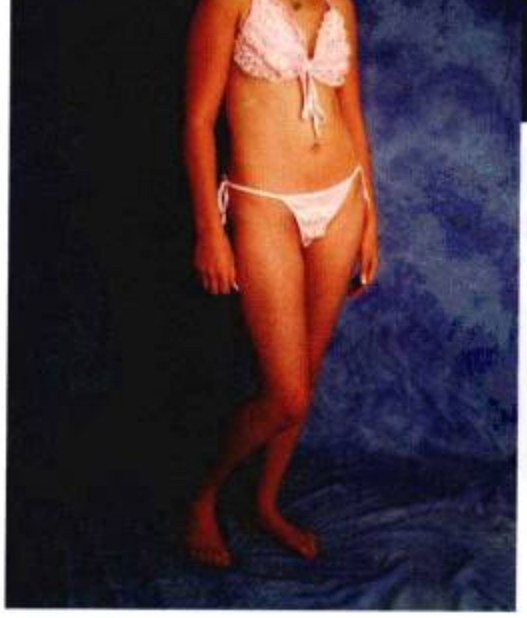
拍摄前期准备

这是对页主题照片的光位图，图中运用了两个配备了柔光箱的照明灯。其中的一个在左侧，另一个在右一侧，功率都设定为f/8。这种布置提供了全方位的光线，当使用白色背景时，可以将拍摄对象从周围环境中凸显出来。相机离模特大约10英尺（3米）远，使用35mm镜头捕捉模特的全身。快门速度为1/125秒，这通常是闪光同步速度。

柔光箱与控光伞

在摄影棚中，柔光箱是主角。它可以提供宽大、均匀的表面，将来自电子闪光灯的光线向外散射。柔光箱使输出的光线更为均匀，出现的阴影更少，操作起来简单易行。柔光箱安装在闪光灯前面，闪光灯将其照亮。多数柔光箱是方的，也会有细长的柔光箱形成较窄的光束。

控光伞通常的安装方式是让伞内弯曲的一侧对着拍摄对象，闪光灯背对着模特，这样光线就被向外散射。但这样使得光线定位困难，光线的质量也不够好。如果你的拍摄前期准备不需要功率强大的照明，你可以将其颠倒过来，让光线透过控光伞照射到拍摄对象身上。这样，光线就更为扩散，留下的阴影浅淡，同时也让光线本身更弱。



01 这幅照片呈现了闪光灯直射或者直接使用大功率钨丝灯时的效果。这样会形成非常明显的阴影效果。

02 加上一个控光伞可以提供扩散的柔和光线，只投下极弱的阴影。

好点子

使电子闪光灯具有与日光相同的色温，恒定的钨丝灯（甚至包括专业工具灯）色温较低，会使得图像的整体色调偏黄——除非设置相应的白平衡。

束光罩和挡光板

束光罩是一个圆形的管状装置，装在闪光灯上，用于将光线集中到一个很小的圆形范围中。通常，束光罩被用于制造较小的光域例如为头发添加亮区，也可以用来制造戏剧效果。反光板是一个附件，有四个可移动的平板，可以产生漫射的光域。这些平板可以通过安排来限制光线，这样光线只能进入某些特定的方向。它主要是用来控制背景而不是拍摄对象上的光线。

提 示

摄影棚中的主要光线称为主光。其他灯光通常设置为较低的功率，被称为补光，因为它们是用来补充阴影区域的光线使之增加清晰度。

03 装置束光罩的灯光在拍摄对象身上形成了一道光线。

04 马克·瓦利的这幅照片显示了如何利用挡光板限制光线，从而使之在伸长的腿部被截断。

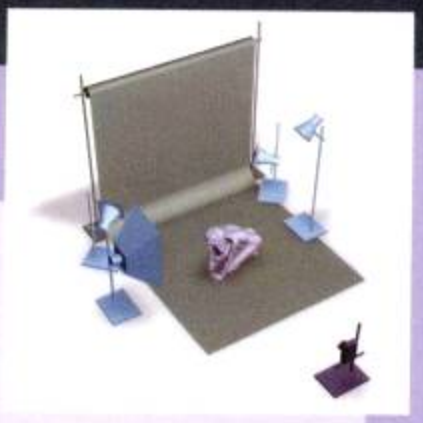
05 马克·埃德蒙森的这幅照片是在摄影棚中使用了两个主光，并配备了柔光箱。通过使用两个主光，并让拍摄对象坐在地板上，从而实现了全面的照明。

工具一览

柔光箱
控光伞
束光罩
挡光板

作业：摄影棚作品

在摄影棚中拍摄的主要优势是你可以控制环境和用光。因此，你的这次作业就是拍摄一系列的艺术人体照片，体现模特活泼而优雅的特征，同时使模特被明亮的白色光线包围。为了加大一点难度，你不能拍摄模特的脸，用光必须明确展示拍摄对象的形体，并且不能将之变为一幅完全高调的图像。

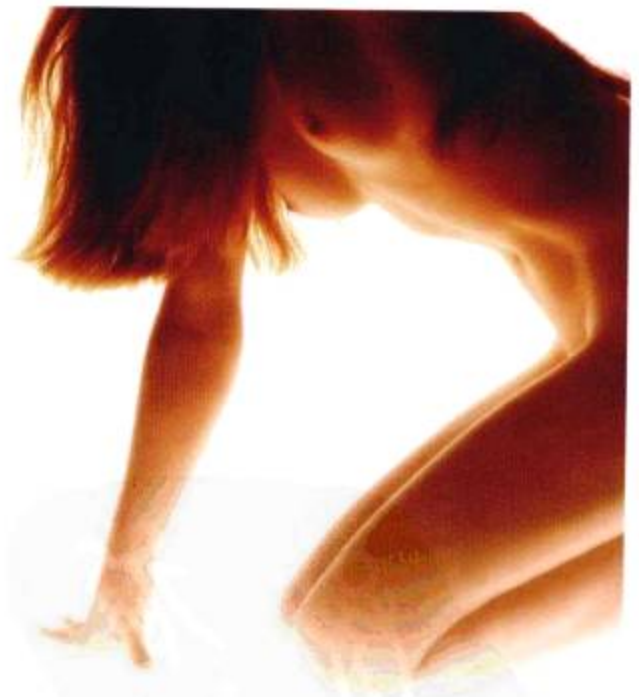


拍摄前期准备

你会需要一大片白色区域，背景最好有个无穷大的曲线坡面。使用两个具有漫射作用的灯光来瞄准背景。在相机的左侧使用带有柔光箱的主光，用来照射模特全身。在模特的右侧后方摆放补光，向下对着地面。你必须呆在拍摄场地的中间，以避免拍摄到背景的幕布。使用70~200mm长焦镜头从20英尺（6米）之外拍摄特写照片。将主光设置为f/11，后部的灯光设置为f/16，补光设置为f/8。拍摄时光圈设置为f/8。

01 这是开始拍摄的一张非常精彩的照片，展示了模特纤细的身材，她一缕缕的红色头发垂下来落入到画面中。这个姿势是在她上下跳动过程中定格下来的，腿部的角度形成了很富有动态的画面。

02 在这幅有趣的画面中，模特举起了胳膊。她的头向后仰着，这样头发就从背后垂了下来，就像马的鬃毛。



03 现在模特跪在了地上，又一次将一只胳膊举起到画面之外，这样主光设备照到她的中腹部。这仍然是一幅具有动感的作品。

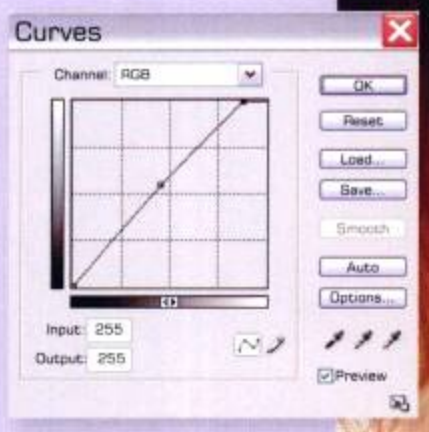
好点子

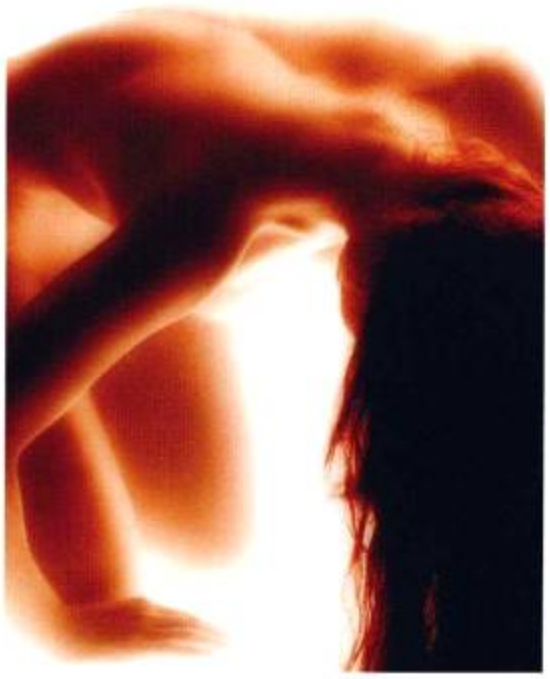
鼓励模特做出一系列不停顿的地面运动并伸展自己的身体，以尽可能快的速度抓拍，拍摄完成后再检查拍摄结果。

照片编辑

▶ 这是前面两幅图像的组合。模特的头低着，长长的头发遮住模特的脸部，手按着地，形成支撑着躯体的形状，光线照射着她的整个身体。

▶ 使用Curves（曲线）命令将图像整体提亮，涵盖所有的色调值，另外将右上角向左上移动，最终将白色色调转换为纯白。利用Hue/Saturation（色相/饱和度）命令来提高模特的色彩饱和度。





04 这整个系列的拍摄者是比昂•奥尔森，他在这幅照片中让模特把头下垂着，这样她的头发就遮住了屏幕的右侧。从其他各个方向照射过来的光线将她的整个身躯都照亮。

▲ 运用Diffuse Glow（扩散亮光）滤镜，颗粒采用零数值，这样照片中的白色区域就充分地发出亮光。尽管这对于背景来说并不是特别必要，但是可确保地板具有同样的亮度。

提 示

如果你的背景光线表现得不够亮，那么可以尝试将相机的光圈开大一档，达到f/5.6。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度
滤镜>扭曲>扩散亮光

创造性的用光技巧

拍摄创造性的题材也是发挥想象力的用光题材。不论是将光线从表面上反射出去，还是借助反光板、束光罩、档板或是其他的附件，都要尽量发挥创造性。观察构图并想象你通常会如何用光，前面通常运用主光。然后，尝试不使用这些也可以使用彩色滤光片，使用散光，使用边缘光……使你的想象力自由飞翔。

01 这幅高调作品使用了4种以上的灯光，都围绕着拍摄对象来安排。两个灯光对着拍摄对象照射，另外两个照射地板和背景，以确保各处都是白色。

拍摄前期准备

主题照片是在一个老工厂的过道中拍摄的，可以看到有些吓人的光线和剥落的漆。画面在日落后看起来相当诡异，因为走廊中没有灯光——这激发了创作这幅照片的灵感。前面的灯光是一个大功率的手持式Metz闪光枪，照射地板，将光线向上反射。在视线外的背景中，有一个小型的电子闪光设备，它的前面有个黄色滤光片。当Metz闪光枪闪光时，其他设备中的从动电池（slave cell）可以检测到光线并同步闪光。快门速度为1/125秒，与闪光灯配合，光圈设置为f/5.6。这样就可以去除任何背景光线。相机镜头为50mm定焦镜头，在距离拍摄对象大约12英尺（3.6米）远的位置拍摄。

02 在这幅照片中，在模特的位置选取了1/125秒的读数，以确定房间中强光的强度。然后，按照阳光的位置摆好带有柔光箱的闪光设备，并设置与阳光相同的功率，制造出漫射的混合光效果。

03 这幅照片只使用了一个闪光灯头，安装了一个蓝色凝胶滤光片，在模特身后的左上角提供闪光光源。模特的脸转向光线的方向，她的身体只留下一个轮廓。

好点子

尝试将环境光与补光闪光灯或漫射闪光灯相结合，如果你的闪光灯可以在速度上与相机同步，就会很好地发挥作用，可以检测出闪光灯是否照射到拍摄对象身上，从而帮助控制光的输出。

照片编辑

◀ 图像相当暗，因此使用了Levels（色阶）调整其色调范围，并对其进行整体加亮处理。

▶ 然而，这一做法让太多区域的亮度都超过了其应有的水平，因此使用了Curves（曲线）命令将阴影区域加暗，为图像保证了色调深度。

◀▼ 尽管黄色效果明显，我认为用一些绿色会对图像有所改善。于是又创建了一个新的图层并刷上绿色。将混合模式设置为饱和，这样增加了场景的色彩但是并没有改变其亮度。添加了一个蒙版以保护图像中间的皮肤色调。

▲ 这幅照片的意图是利用幽灵般的用光方案拍摄图片。前景灯光照射地板，从陈旧的地面上反射光线到拍摄对象身上，从头部的光线强度开始下降。背景灯光是一个带有黄色滤光片的闪光设备，目的是照射场景后面的门。模特伸出手臂欲抓住走廊对侧的某个东西。

提 示

闪光设备发出的光线需要用闪光型测光表进行测光，而相机在钨丝灯或环境光的情况下即可进行测光。

工具一览

图像>调整>色阶　　笔刷
图像>调整>曲线　　图层蒙版
新建图层

作业：运用彩色光线

这次作业是拍摄一系列创造性地运用色彩的照片。要求色彩必须来自于用光。你可以选择你喜欢的任何色彩，但是这种色彩必须能够与场景配合。这意味着你要么在发光设备上装配一片彩色凝胶，要么运用相机的白平衡尝试控制某个特别的想法，与其他的光线配合以便在照片中形成彩色的投影。

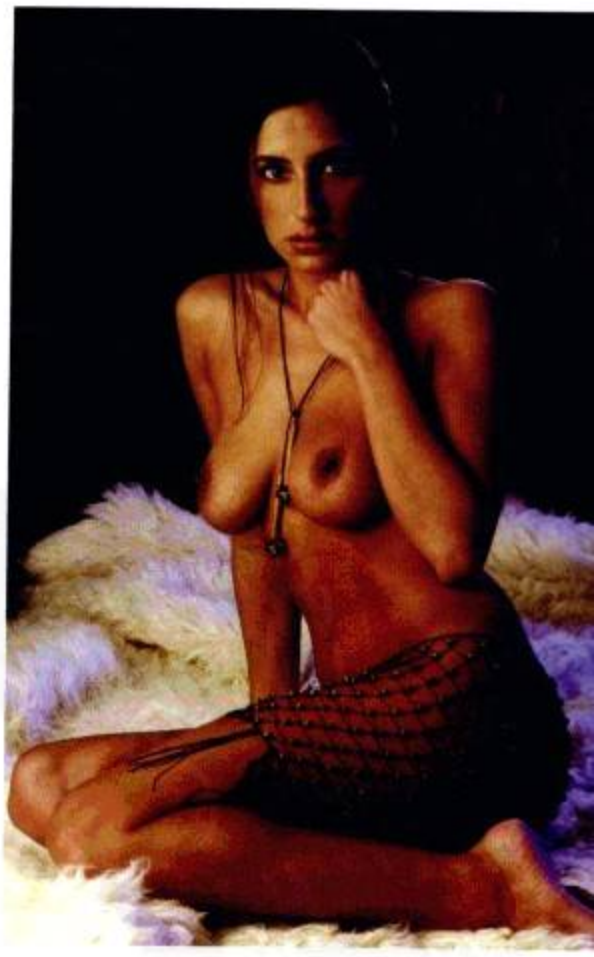
拍摄前期准备

这次拍摄，右边放置一个闪光设备，安装了散光罩和蓝色凝胶滤片，朝下照射着模特和毯子。主光在左侧，安装了大柔光箱，确保光线能够均匀地扩散。后面的一个窗子增加了额外的照明要素。相机设置为主光的功率是f/16，蓝色辅光为f/11。相机在15英尺（4.5米）之外，使用了28~70mm的镜头。

01 这幅照片的姿势很好。用光效果也不错。拍摄对象后面的背景有蓝色的投影，前面则由主光照射。模特的头部和后面的窗子都比较清晰，形成了不错的色彩组合。

02 模特来回移动，以便主光能够照亮她的身躯。她的头部右侧以及手臂被投上了蓝色光线。这幅照片没有窗子，从构图的角度看这幅照片较浅，但是效果仍然不错。

03 在这幅照片中，蓝色设备发出的次级光线很微妙；总体上看，这幅照片相比其他照片缺乏创造性火花。

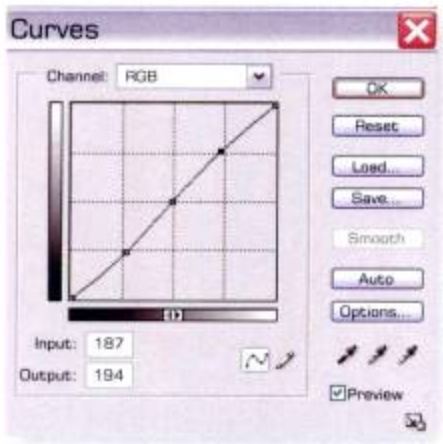


好点子

钨丝灯会发出自然的黄色光芒，但是专业设备的光线效果要比从天花板上的灯泡发出的光线令人愉悦的多。可以尝试用钨丝灯照明，相机设置为普通日光的AWB（白平衡）来拍摄，并记录其效果。

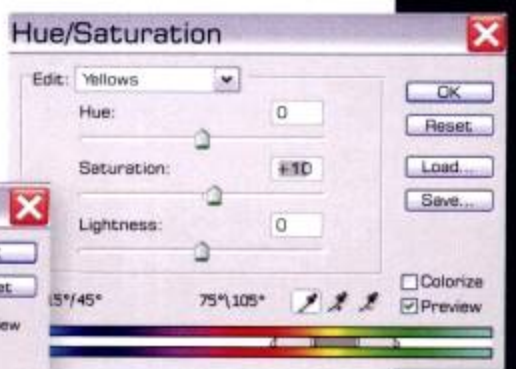
照片编辑

▶ 在这幅照片中，所有的元素汇集在一起，其中带有珠子的裙子道具效果很好。背景中有个窗子，但是并没有分散人的注意力，因为没有处在模特的头部的正后方。主光使模特从背后较暗的砖墙中突显出来，而右侧，蓝色的光线照射在地面上，在她的面部留下光影。

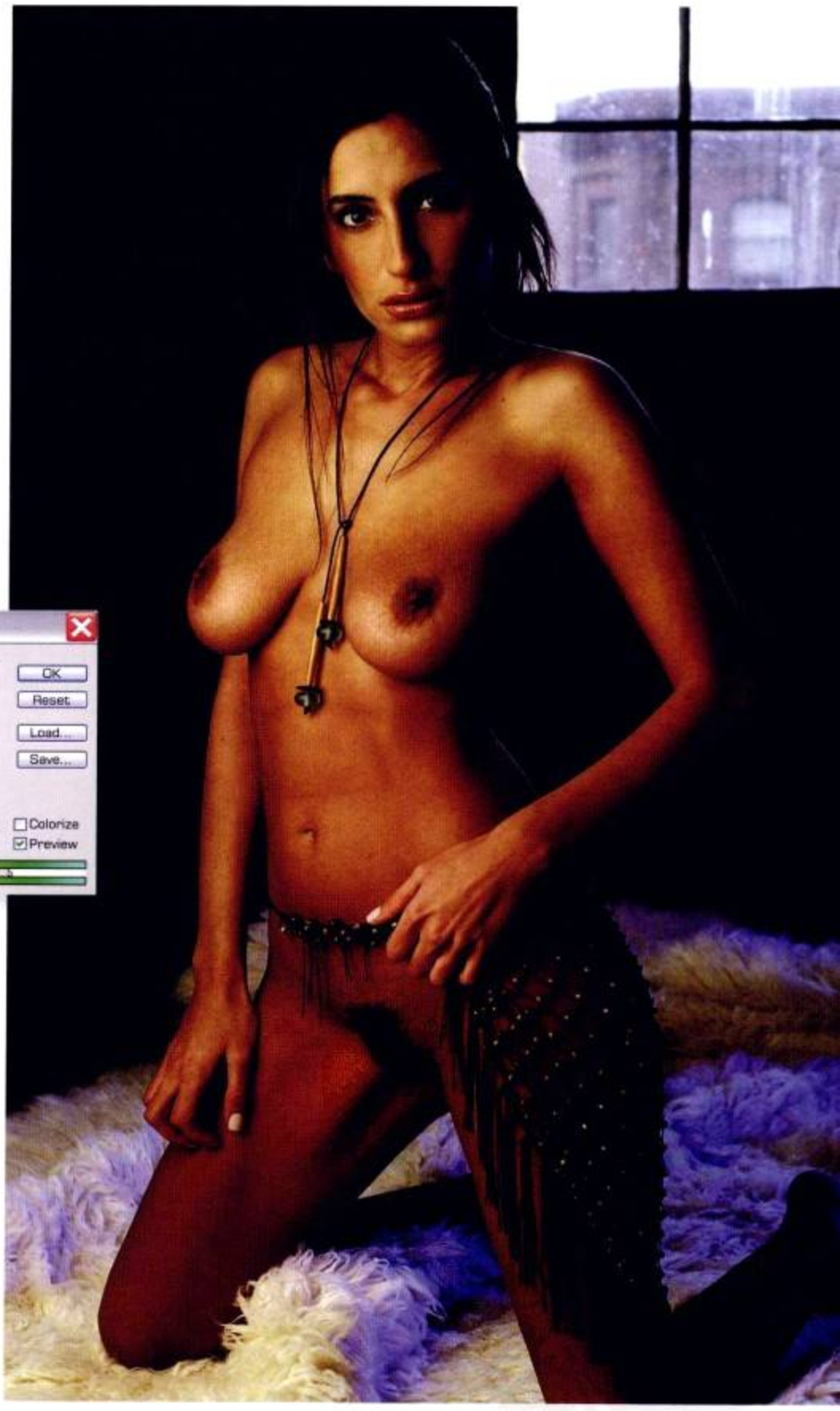


◀ 使用Curves（曲线）命令将图像的对比度稍稍提高一点。

▶ 通过Hue/Saturation（色相/饱和度）使饱和度略加提高，使之画面整体看起来温暖。



◀ 通过调整Unsharp Mask（USM锐化滤镜），使画面纹理更为突出。



提 示

设置自动白平衡将消除你聚焦的区域。如果这一区域有色彩，那么你需要切换到手动白平衡，以避免色彩被消除。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度
滤镜>锐化>USM锐化

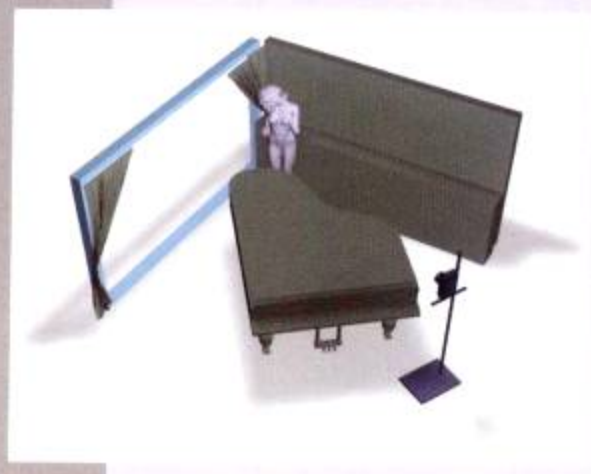
反射和散射

当我们进入反射和散射的领域时，照片记录的内容会发生有趣的转变。反射可以展示没有直接出现在相机视野的内容，可以隐藏也可以显露。散射也是一种拍摄方式，将重点放在照片中的某一项要素上面，同时让主体仍在照片中，以形成神秘的氛围。

01 西蒙·扬拍摄的这幅照片运用了镜面反射构图，模特暴露着的胸只能在映像中看到，从而增加了照片的趣味。

拍摄前期准备

主题照片是在房间内靠近窗子拍摄的。前景中的反射表面是一架钢琴，钢琴进行了抛光处理，从而能够反射光线。使用了50mm的镜头，光圈开到f/1.8，焦点为拍摄对象。然后将构图略加移动，将尽可能多的前景包含在其中。这使得拍摄角度相当有限。设置中央重点测光法，以确保从窗子照射进来的光线不会导致画面曝光不足。



提 示

如果有个人面对着镜子，这个人可能会在现实和映像中都比较清晰。然而，光圈开的越大，相机距离反射表面越远，两幅图像中的其中一幅会离开焦点越远。

照片编辑

这幅照片最大限度地实现了反射的可能性。照片分为两半，重要的是，模特的头部不能在真实的图像中看见，只能模糊的映像里看到，为照片增加神秘感。

好点子

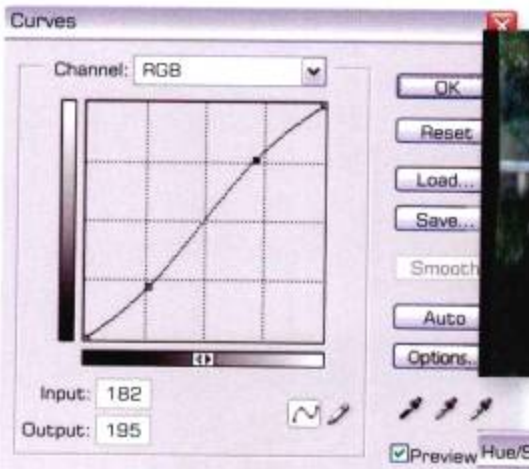
找一个大玻璃花瓶，里面装上水和淡色的小花瓣，然后，透过这个花瓶为你的拍摄对象拍照。

02 马克•瓦利拍摄的这幅照片中有许许多多事情在发生。可以从对面的镜子中看到的是，模特手捧着碗，里面装有蜡烛。光位很低，通过映像也可以清楚地看到摄影师。这为照片赋予了另一个层次的讨论话题——摄影师为什么会在视野里出现，照片中发生了什么事情？

03 这幅照片显示的是散射而不是反射。光圈开得很大，焦点在休息室里的桌子上的一角，这样拍摄对象看起来就是背景中的一个模糊人物。黑色长沙发，浓重的对角线和抬起的腿，使照片有了一种动态的感觉。

04 钢琴抛光的表面在照片的下三分之一处，增添了画面趣味。由于焦点在拍摄对象身上，倒影的焦距比拍摄对象的焦距更长。最大光圈为f/1.8，使得景深较浅，从而形成令人愉悦的模糊倒影。

▲ 根据这幅照片的拍摄意图，模特的脸只能在倒影中看见，但是上部还有少许脸部。于是使用Crop（裁剪）工具剪掉了模特的下额以上的部分。



▲ 创建了一个Curves Adjustment Layer（曲线调整图层），将对比度提高。在光线照射窗帘的地方以及人物的边缘刷上一层蒙版，以此防止亮区加深。

► 将照片的饱和度提高，从而让色彩更整洁一点。

工具一览

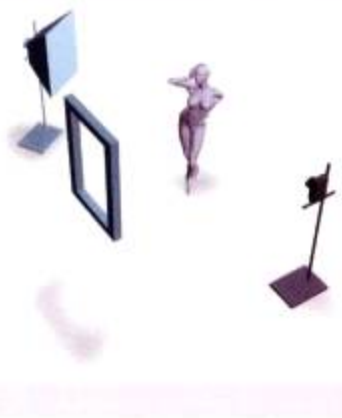
裁剪工具
曲线调整图层
图像>调整>色相/饱和度

极端情况：高调和低调

高调和低调是用光的极端情形。高调图像主要包含高调，而低调图像主要包含低调。但是，这并不是说高调图像不能包含黑色，低调图像不能包含白色。通常它们并不包含上述颜色，但是包含这些高反差的颜色时会产生更戏剧化效果的照片。

拍摄前期准备

为对面的主题照片做拍摄前期准备，需要对灯光进行灵活的设置。拍摄场景中有个可提供充足日光的大窗子，为模特提供了照明。她身上的光线经测光确定为f/5.6。场景的左侧是一个带有柔光箱的闪光设备；这个设备朝向背景，设置为f/16。相机大约是10英尺（3米）之外，成一个角度，焦距为35mm。



01 这幅是传统的低调摄影，光线的安排是要突出模特的下肢的。较暗的织物帮助吸收了光线，由于这个姿势是上部离相机较远，因此图像也逐渐变暗。

02 这幅低调图像进一步采用了“控制用光”（directed lighting）的概念。摄影棚的背景为褐色，相机在拍摄对象的右侧，惟一的灯光在相机的左侧，与之成90°角。光线照射模特的前面，头朝下，使得她的部分身体可见，背景则是一片黑暗。

03 这幅高调照片经过了显著的过度曝光处理，从而使背景成为纯白色，皮肤的色调也很亮。请注意模特的头发：她的头发在现实中本来是黑色，现在成了灰色调。

好点子

在Photoshop中，可以运用Levels（色阶）和Curves（曲线）来创建低调图像，或者用光线滤镜，或者添加一个含有黑色的图层以及利用一个图层蒙版来挡住图像，只露出你希望能被看见的要素。

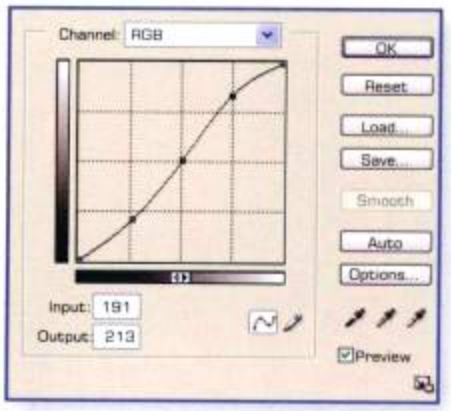
04 这幅照片基本上是一幅高调作品，床上用品是白色的，模特是一头金发并且皮肤很好。审视实际的直方图可以揭示连续的色调。不过，这需要很少的图像操作，就可以让整幅图像变得很亮、色调很浅。

提 示

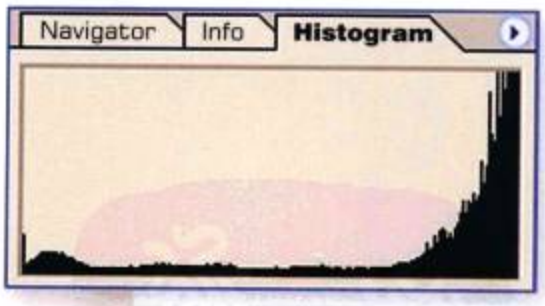
要在使用摄影棚闪光灯时拍出高调照片，可以针对正常曝光的光圈设置读取测光表数值。然后将较大的光圈下调约1、2档，从而让更多的光线照射进来，以便拍出较亮的照片。

照片编辑

▼ 这幅聪明的照片具有一定的欺骗性，它表明高调并不总是没有深的颜色。一个闪光设备将背景曝光过度，而窗子透过的自然光线照射着模特，模特以现实的风格摆着姿势。她身上黑色的服装在高调的背景中突显出来。



▲ 使用Curves（曲线）只将黑色的阴影加暗，并确保白色的区域非常白。



▲ 这幅Histogram（直方图）表明白色调占据画面主导地位，此图像为高调照片，然而其中也包含了低调成分以制造别样效果。

工具一览

图像>调整>曲线
直方图

作业：弱光下拍摄

本次作业探讨的领域是在外景中使用较弱的光线。你的任务是拍摄一系列的外景人体照片，要求在太阳下山之后。本次任务允许你携带一台便携式钨丝照明设备，若没有条件的话，闪光灯和汽车灯就要拿来凑合用了。不允许使用街灯，因为要求你必须找一片黑暗的拍摄场所。有三脚架会很方便。在这样的条件下，尽可能尝试拍摄不同变化的作品，可以将模糊的运动与天空中的背景光线结合。

拍摄前期准备

在这次布置场景中，指定拍摄场所是乡村的一辆破旧汽车的残骸。载乘大家到达拍摄现场的汽车前灯提供了照明。使用35mm的广角镜将所有要素都纳入拍摄范围，相机距离拍摄对象大约是20～30英尺（6～9米）。设置为f/2的光圈，使用三脚架，快门速度为1/4秒。

01 这一序列照片的拍摄者比昂•奥尔森将镜头推进到100mm，以拍摄汽车和拍摄对象的特写。左侧的另一辆车提供了额外的照明。模特由于在曝光过程中有轻微的运动，画面出现了一点模糊。

02 在这幅照片中，模特在一个巨大的废弃轮胎上行走，胳膊向外伸展，像是要飞起来的样子。这幅照片的构图有点偏，因为所有的元素集中在左侧，右侧显得有点空洞。

03 场景中的汽车残骸的另一侧有额外的灯光照明，汽车的形状可以清晰呈现，使得向后倒在昏暗区域，模特也可以清晰呈现出来。在这幅照片中还记录了一些天空中的光线。

好点子

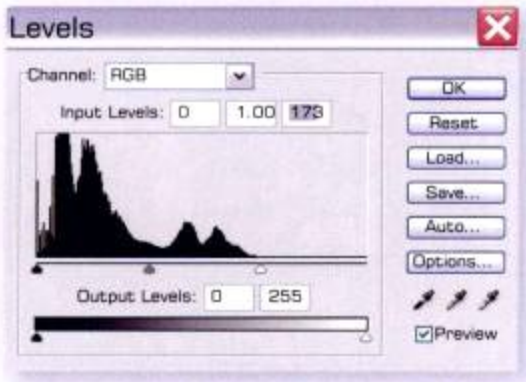
在光线位置较低的条件下，曝光时间很容易拉长，将光圈调到f/16以获得较长的曝光时间，然后请模特稍微运动一下。

提 示

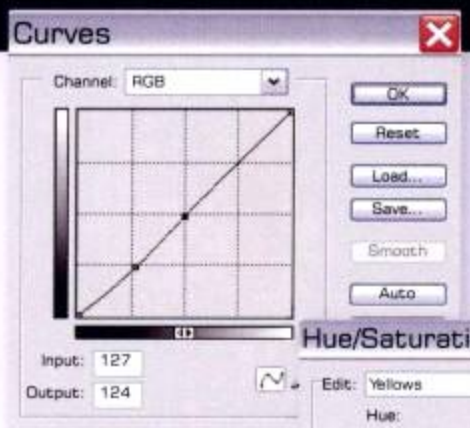
要获得更高的快门速度以便能够将拍摄对象定格或者手持相机，可以将ISO读数从400调高到800。

照片编辑

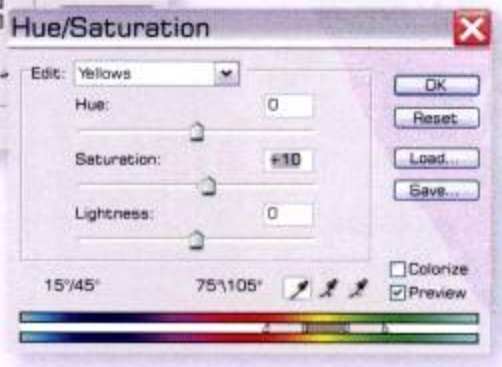
▶ 这幅照片中使用了+1EV的曝光补偿，因此天空呈现出来比较亮的效果，同时关闭了另一辆汽车的灯光，调整角度使灯光照射到汽车残骸的前端。拍摄者向后退一步，使照片中包含了残骸，周围环境以及深蓝色的夜空。



▲ 首先，这张图像曝光不足而且有一半可用的色调没有呈现出来，因此调整Levels（色阶），这是即时将天空加亮的办法。



◀ 使用Levels（色阶）时将图像的重点转变了，有些较暗的区域变亮了。使用Curves（曲线）可以将阴影加暗，同时保留中间色调。



◀ 为了让照片中模特的皮肤具有更丰富的色彩，使用Hue/Saturation（色相/饱和度）来提高黄色调的饱和度。图像的大小通过插值软件扩展以便冲印。

工具一览

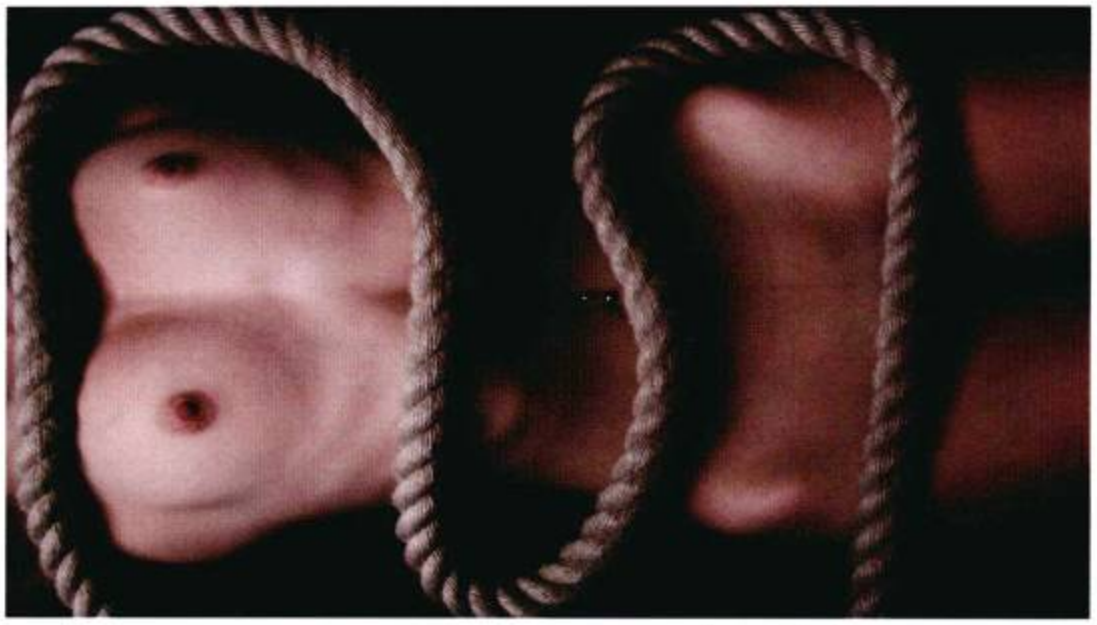
图像>调整>色阶　　图像>调整>色相/饱和度
图像>调整>曲线　　图像>图像大小

框定拍摄对象

框定拍摄对象不仅意味着让模特进入取景器中，而且是借助取景器来设定构图，也包括利用画面中的元素，最大程度的发挥拍摄的创意。这一做法可以增加叙事色彩，这取决于如何创意使用取景框。你对于使用取景设备越有想象力，构图越多变化，结果就越有创造性。有许多不同的方式可以框定拍摄对象，框定站在门口的模特只是最平常的办法之一。

拍摄前期准备

在这幅照片的拍摄中，几乎位于拍摄对象的正上方。因此，尽管使用了一个35mm的镜头，由于机位与拍摄对象几乎平行，使左侧加配了散光罩的钨丝灯光十分均匀，从而使拍摄对象清晰呈现，没有较重的阴影。由于光位非常低，结果导致快门速度比正常水平低。



01 这是第一幅照片，将拍摄对象纳入到限定的区域中。由于门被推后并且只留下门楣以下的部分，提供了充分的阴影并形成了适当的氛围。

02 马克•瓦利的这幅照片从上面进行拍摄并用了一条绳子作为取景道具，让绳子停留在拍摄对象身上，将身体框定在下——这一做法有些颠覆传统的意味。

提 示

由于你希望取景道具可以清晰呈现，那么不要用低于f/5.6的光圈拍摄，否则景深太浅会失去效果。

好点子

取景框的严格性以及限制性将影响画面的感觉，可以尝试打破取景设备的界限。

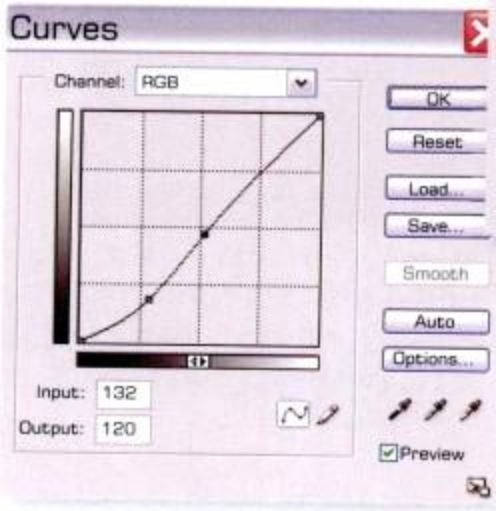
03 在这幅照片中，取景框内充满了楼梯的栏杆。使用了广角镜头从下往上拍摄，有意让画面视角出现了变形。

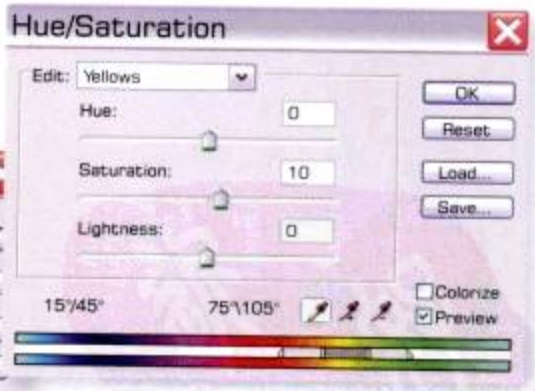
04 我们来看这幅照片的构图，画面由拍摄对象及身后的柱子，交叉的金属和木杆构成。直线元素从后面限定了画面的范围，产生了刚硬的感觉，模特可以自由移动，与之形成动与静的对比。

照片编辑

▲ 斯蒂芬•海恩斯拍摄的这幅照片将许多观念结合在一起——用一个草筐框定了拍摄对象并把她装在里面，同时允许她打破这个框的边界。柔和的金黄色的光线完美地补充了筐的颜色，同时让皮肤的色调变暖，使画面呈现放松的感觉。

▼ 调整Curves（曲线）以确保阴影足够暗，并确保有充分的亮区。





▲ 运用Hue/Saturation（色相/饱和度）工具微调，使画面稍稍变暖一点。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度

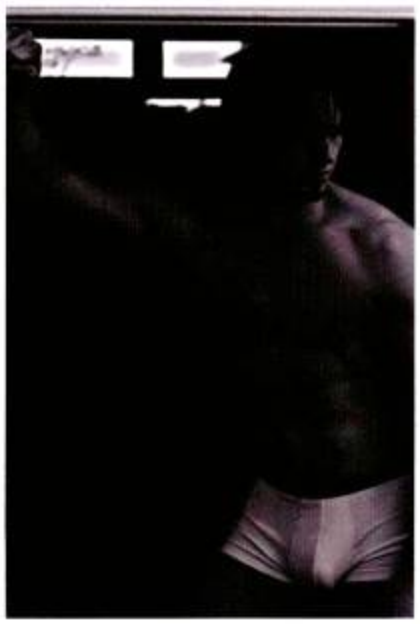
作业：取景框的操作

运用取景设备的目的是限制本来过于散漫的内容，或是为画面提供一种结构，将框架的刚性与拍摄对象的流性结合起来。你还可以创造取景框让拍摄对象从中挣脱出来。这次拍摄作业的任务是利用门作为取景框。你必须适当安排拍摄对象，使他或她既要受其结构的限制，同时又要试图从中挣脱出来。

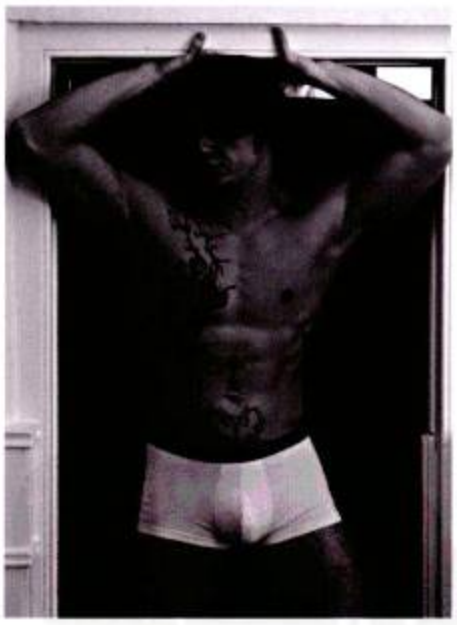
拍摄前期准备

给自己找一个适当的门框作为道具，并走到背景后寻找反射物体。另外，确保不要让任何窗子吸引过多的注意力。在拍摄对象的前方和右侧，各布置一个带有控光伞的闪光设备，开亮闪光设备以照亮拍摄对象。你需要将闪光灯设置到最大功率，从而获得足够的扩散光线，但是又要避免在门口形成令人不舒服的阴影；将光圈调高，使之有较浅的景深，使门口之后的任何物体都不会清晰呈现。站在10英尺（3米）之外拍摄，使用50mm或50mm左右的镜头，聚焦于拍摄对象的上半身。

01 将灯光放在相机右侧的一个原因是不会引起窗子的反射——你在布光的时候要记住这点。拍摄对象朝向灯光，他的大部分躯体都被照亮的同时，与他身后的黑色阴影形成鲜明对比。



02 让拍摄对象换一个姿势，使光线能够照遍整个躯体，从而使之更有清晰度，使色调较浅。拍摄男性的要点是要有足够突出的身体特征并展示男性硬朗的性格 。



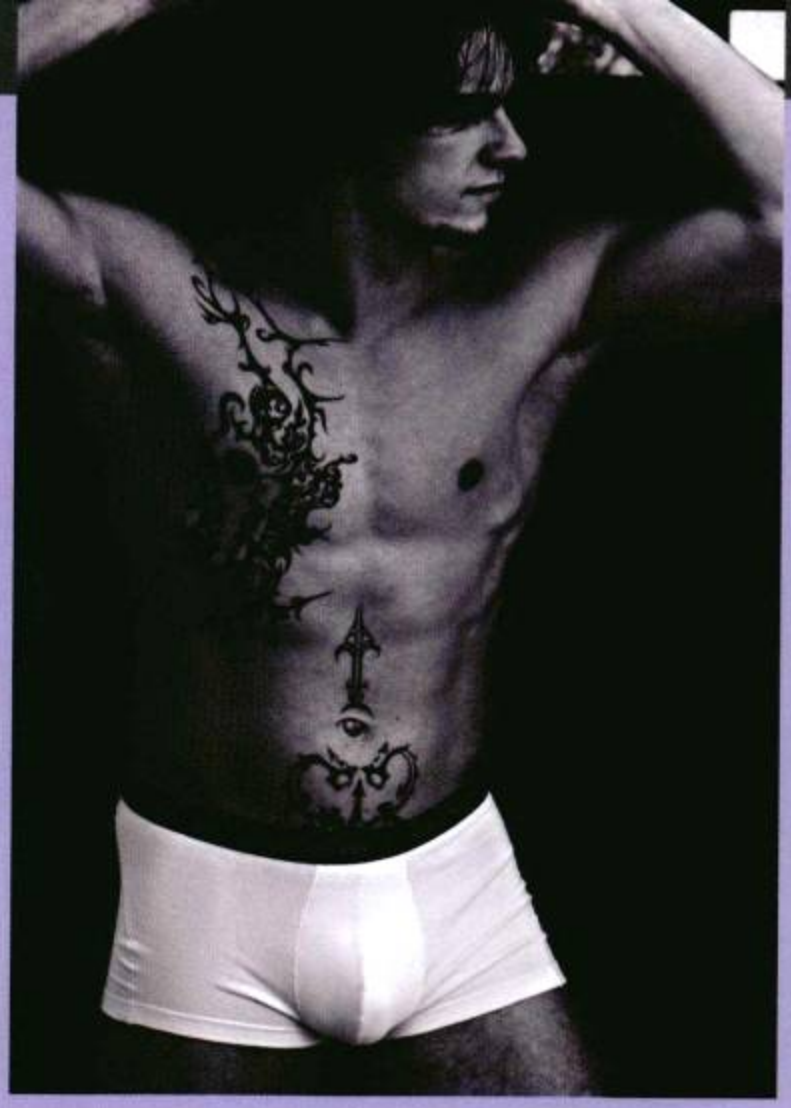
03 这幅照片中利用肘部打破了取景框的限制，而躯体的主要部分留在框架之内。拍摄对象的表现就像一头温顺的狮子，画面上方出现的拇指也显示了蕴含的力量。

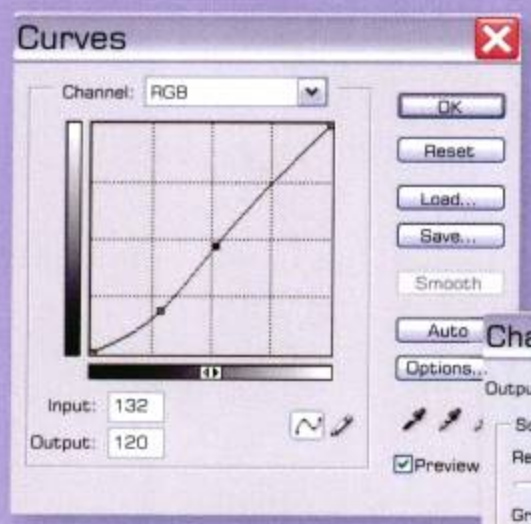
好点子

你是不是想尝试与众不同但是又符合总体观念的创作？那么可以选在户外使用一个小拱门拍摄——通过这个拱门拍摄到乡村住宅的花园或者是墓地之类的场景。

照片编辑

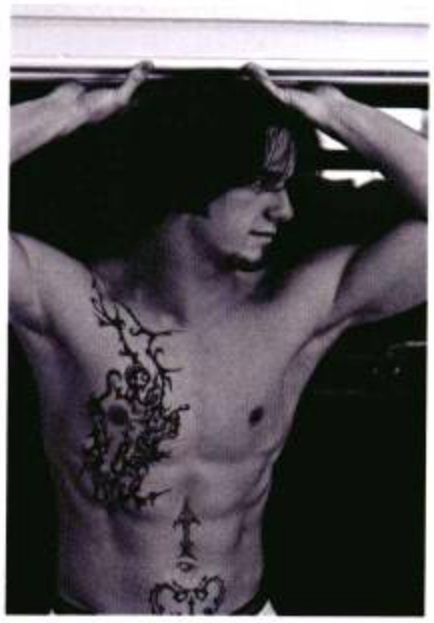
▶ 稍向后移就会出现大不相同的效果。可以看到门口的上部和右侧，框定了拍摄对象。现在模特的姿势呈现了从周围环境的舒服中挣脱出来的气势，其胸部更为突出，面部颇有攻击性地面向光源。





◀ 为了将画面阴影向后推到背景中，使用了Curves（曲线）工具并向底部下拉。亮区仍保留，使暗部加深。

▲ 利用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为黑白色调。红色通道代表皮肤的色调，将绿色通道运用于画面其他的所有元素，阴影仍保留在背景中。



04 这幅构图是应该避免的情形。相机距离拍摄对象太近了，以至于模特手臂看起来并没有发挥作用，框架的两侧也都没有拍到，从而失去了想要的束缚和挣脱的感觉。

▶ 创建一个复制图层，并运行Unsharp Mask（USM锐化）沿着边缘和细节增加对比度。这通常会在某个地方形成明亮的区域，因此又添加了一个图层蒙版。然后使用画笔在诸如鼻尖等区域的蒙版上刷色，利用蒙版遮住。然后合并图层。

工具一览

图像>调整>曲线
图像>调整>通道混合器
复制图层
滤镜>锐化>USM锐化

灵感：最佳的用光风格

在户外拍摄人像摄影时，环境是拍摄的一部分。与环境中的人物一起形成了画面。或者，场景可以安排拍摄对象，将其放入相关的氛围中。环境可能只是一个用来拍摄某个模特的背景。所有的事物构成了成功拍摄外景的要素。

斯蒂芬•海恩斯拍摄的这幅照片的框架由拍摄对象自己撑起的布带构成。由布带构成的对角斜线支撑着拍摄对象，比从侧面的一般拍摄所能提供的构图更为有趣。

在埃里克•凯勒曼拍摄的照片中，在黑暗的摄影棚中光线运用得非常微妙。较窄的光圈和较快的快门速度结合并与光线同步，确保不会记录背景中的环境光。这一做法使用了两盏灯，这两个灯放在两侧较远的位置，给中间的拍摄对象身上提供了边光。

这幅照片的主光从背后照射，模特的前面也有较弱的照明，通过一个闪光设备和控光伞照射到模特身上。闪光灯通过控光伞，形成比平常更为扩散也更微弱的光线。

斯蒂芬•海恩斯拍摄的照片很大的篇幅留给了模特身后的浓重而醒目的阴影。阴影揭示了大腿上隆起的肌肉，尽管在拍摄时这一隆起在大腿上面并不明显。

戴尔•莱默使用一台不起眼的带有反定焦镜头的数码单反相机，得到这幅色彩绚烂的照片。你看到的运动效果是在曝光过程中通过较低的光位下摇拍实现的。构图的安排使光线捕捉了白色的布料，用彩色的条纹包裹着模特。

6 图像编辑

图像编辑功能帮助数码摄影师尝试多种做法，从调整色彩和对比度，到去除画面瑕疵、以及运用色调和老化处理效果等创建新的艺术作品。在数码摄影中，原始图像通常是彩色的，因此在艺术人体摄影中转换为单色图像很重要。这种处理可以形成不同的面貌。这一切尽在你的掌控之中，你需要运用的是发挥你的想象力。

▲ 忧郁的单色图像。通过强烈的黑白效果，加强了凝重的气氛。

▲ 微妙的阴影。采用轻盈、飘渺的手法时，在这幅照片中放弃强对比度而采用令人愉悦的色调。

▲ 清理画面。当你拍摄外景时，想办法去除背景中不想要的元素。

▲ 创建构图。选择在摄影棚中拍摄，并不意味着没有奢华的背景。

▶ 调色和做旧处理。将洁净而清晰的数码照片处理成陈年的、粗糙的像是磨损过甚至被水浸过损坏了的照片。

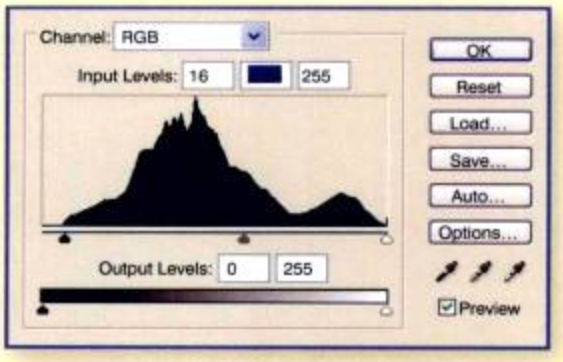
忧郁的单色图像

许多方法可以实现单色图像，可以让色调精细而微妙地过渡，或者加入额外的颗粒使画面形成强烈的对比。有些拍摄对象适合微妙的处理方法，而有些则适合更为醒目的处理。比如，拍摄的对象年龄越大，即使是人体的时候，高对比度的表现就会越有力，因为这种处理方式可以显示出拍摄对象的不同。这样可以表达出更有人性的魅力，而不仅仅是光洁的、虚幻的视觉形象。

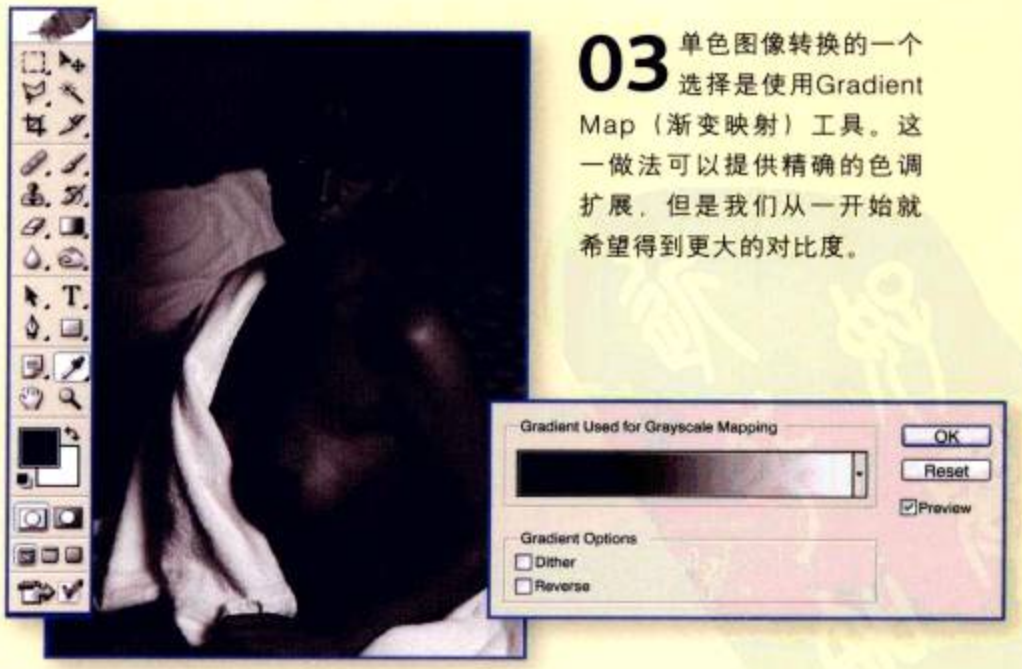
拍摄前期准备

这种类型的拍摄很容易布置。站在大约6英尺（1.8米）之外，使用50mm的，或者使用短变焦镜头拍摄，在相机的右侧放一个闪光设备。将闪光灯设置为较低的功率，从而得到一个浅景深——光圈f/4，快门速度1/124秒。

01 这是原始图像，也是处理过程的开始。就是从数码单反相机中直接取出的。



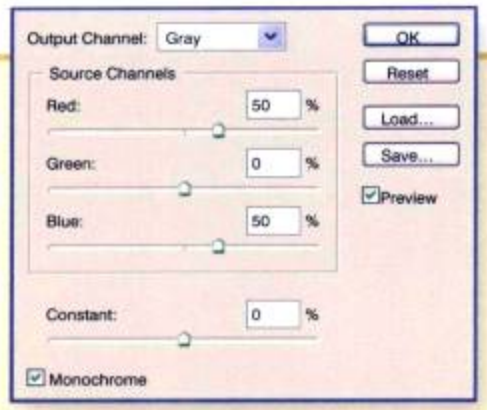
02 因此，第一个任务就是运用Levels（色阶）来扩展色调范围。把中心点向右移，从而让图像整体变暗一些。



03 单色图像转换的一个选择是使用Gradient Map（渐变映射）工具。这一做法可以提供精确的色调扩展，但是我们从一开始就希望得到更大的对比度。

好点子

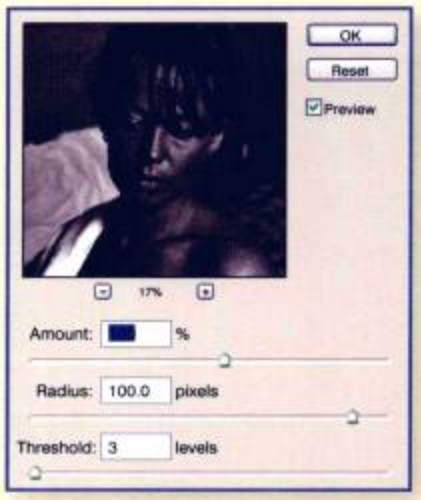
可以尝试让光线从墙上或者天花板上反射回来以得到散射的光线，同时不会出现难看的阴影。



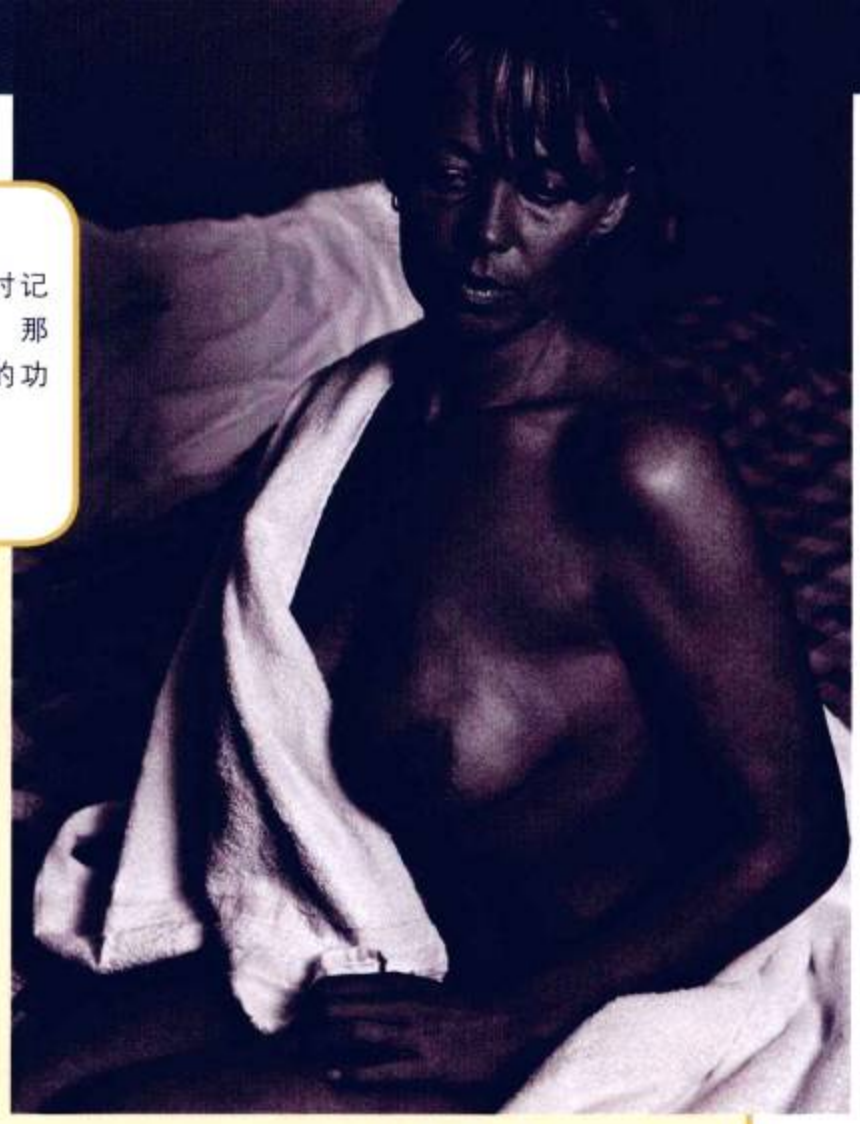
提 示

如果使用低功率闪光灯时记录下了太多的环境光线，那么你就必须提高闪光灯的功率或者使用较小的光圈。

04 在这种情况下，就要使用Channel Mixer（通道混合器）。勾选Monochrome（单色）框，在红色和蓝色中都输入50%的数值让图像具有尽可能大的对比度，以此作为起点。

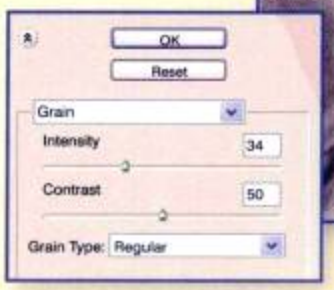


05 创建一个复制图层，然后运行Unsharp Mask（USM锐化）滤镜。设置数量为100%，半径也是100%。产生的效果：从照片的边缘看，图像的对比度会有很大的提高。



06 这一做法可以突显亮区，毛巾就出现了这种效果。给这个图层添加一个蒙版，选择黑色画笔，将不透明度设置为20%。然后通过对此加蒙版，毛巾上丢失的细节还原。

07 把这些图层合并创建另一个复制图层。然后使用Grain（颗粒）滤镜添加颗粒来增强画面对比效果。请注意有色彩的区域，设置复制图层的混合模式为luminance（亮度）模式。



08 最后，把这些图层合并起来，并添加一个边界，形成一幅冲击力强，对比度高的人体照片。

工具一览

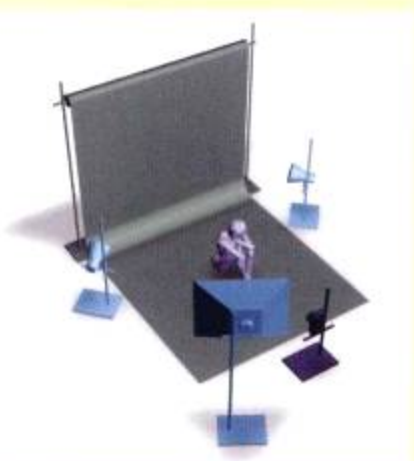
图像>调整>色阶
图像>调整>渐变映射
图像>调整>通道混合器
滤镜>锐化>USM锐化
图层蒙版
滤镜>纹理>颗粒
图像>画布大小

微妙的阴影

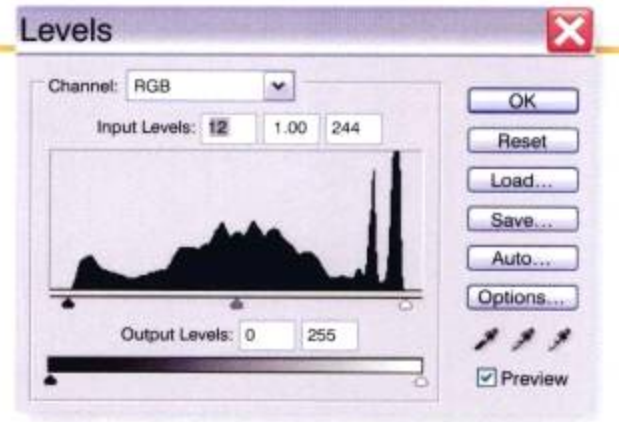
数码编辑可以将一幅原始照片创建出一系列不同的图像。也可以让你以类似传统的方式冲洗照片—过去，显影方式决定了最终的照片的差别所在。艺术人体摄影尤其适合黑白照片中色调精致的风格，轻盈、飘渺、能够带来审美愉悦是其追求的目标。比较好的做法通常是确保均匀的曝光，而不要试图在相机中拍摄高调的图像，因为多数数码相机都不具备太宽的色调范围，这可能会失去无法恢复的亮区。

拍摄前期准备

在这幅照片中，前面有两个带有散光罩的小型闪光灯照亮背景，朝向地面照射，设置为f/11。带有柔光箱的主光，在相机的左侧，照亮模特方向的整个场地。光圈设为f/9（数码单反相机对于光圈选择超过胶片相机），拍摄速度为1/125秒，与灯光同步。选择镜头为50mm以避免变形，从大约6英尺（1.8米）的地方拍摄模特，模特坐在地板上。



01 这幅为原始图像。背景和地板的颜色有点弱，构图也有点偏离中心。



02 首先使用Levels（色阶）命令以确保图像中的所有色调都用上去。移动左、右控制滑块，直到其分别位于数据的开始和结束之处。

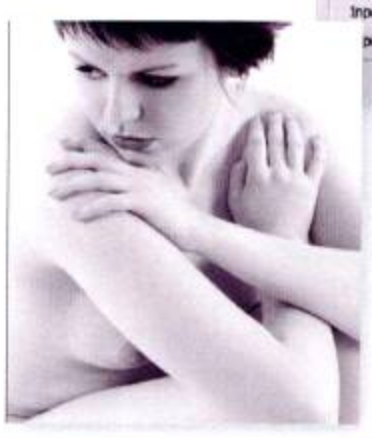
03 运用Channel Mixer（通道混合器）将图像转换为黑白色调。尽管运用100%的红色通道可以自动形成更白的皮肤色调，但是按照原色比例可以让人物从其背景中更为突出一点。

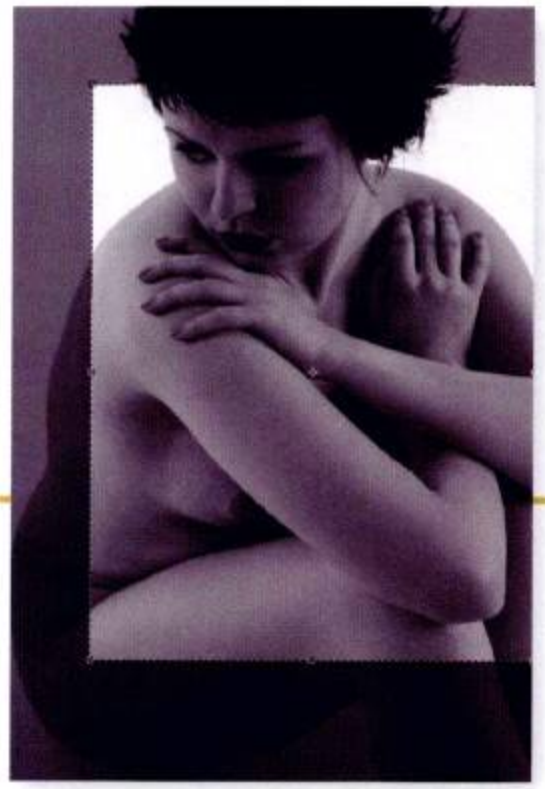
好点子

可使用反光板将光线反射到人物身上较暗的区域，尤其是如果胳膊或腿交叉以及抬起的时候。这样可以获得更为均匀的色调。

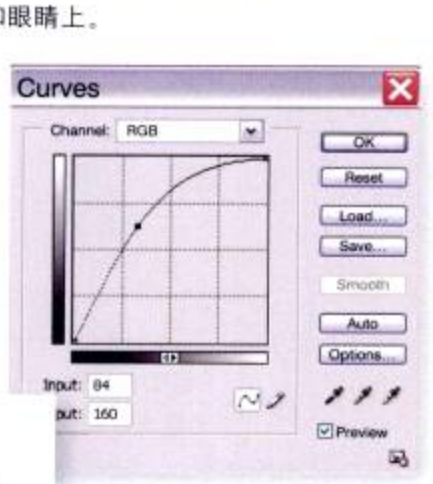
04 使用Clone stamp（仿制图章工具），采用加亮混合模式，不透明度设置为100%，除去紧身衣物带来的痕迹。关键是从所刷的相同亮度色调的区域中采样。现在进行这个步骤，要比把图像调亮之后操作更容易。

05 复制笔刷的不透明度降低到20%，混合模式设置为正常。利用笔刷除去右侧眼睛下面的令人不舒服的阴影和亮区以及脸上的斑点。





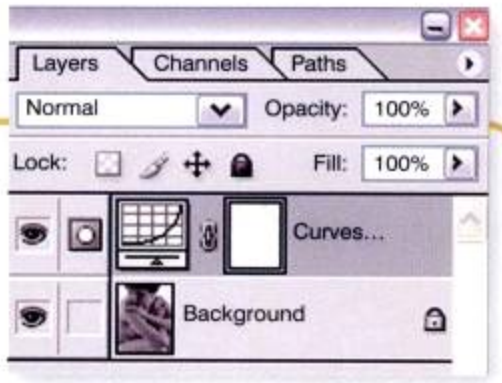
06 利用Crop（裁剪）工具让构图更加紧缩，并沿着屏幕的左侧剪除浪费的区域。头部的一部分被剪除，从而将焦点引到脸和眼睛上。



07 创建一个Curves Adjustment Layer（曲线调整图层）。将曲线向左上拉起，把整个图像的色调显著提亮。

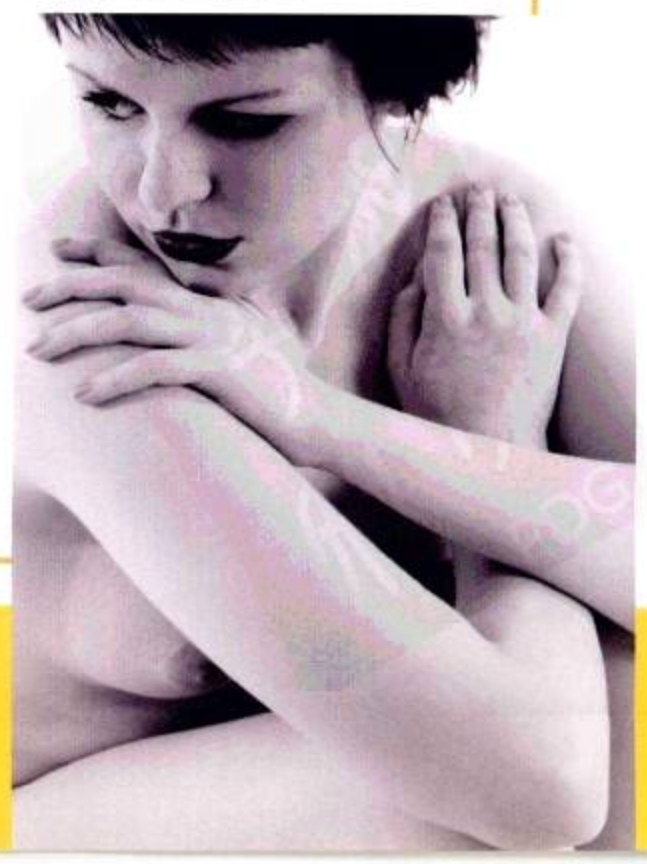
提 示

如果你将拍摄光圈设置为f/5.6，而测光表对模特身上的光线读数为f/8，那么图像就会更亮一些。将光圈开到比测光得到的读数高一档，将获得轻盈、微妙的阴影。



08 选择画笔和100%的黑色，笔刷的不透明度设置为15%。将图层调色板中的图层蒙版打勾，以确保其被选中。然后，用画笔来刷人物的轮廓，嘴唇以及部分头发。这可以盖过曲线调整的效果。然后将图层合并起来。

09 这是最终的图像，其中使用Canvas Size（画布大小）工具添加了一个20像素的黑色轮廓线。



工具一览

图像>调整>色阶
图像>调整>通道混合器
仿制图章工具
裁剪工具
曲线调整图层
画布大小

清理画面

在数码摄影中，总有一些图像调整工作需要做。你也许只需要对图像的色调范围、对比度、锐度或者色彩饱和度进行微小的调整。但是，你也可能会遇到棘手的难题。例如，当你在外景场地拍摄人体照片时，对现场的要素和环境难以控制。或许你能够捡起一砣随手丢弃的垃圾，但是在你要拍照的地方碰巧有个篱笆或者灯柱的话，要把它拔掉可就没那么容易了。这次拍摄作业，我们要处理平常的问题，也要处理棘手的问题。

01 第一步是要调整画面的影调层次。从直方图上看，有些较暗的色调缺失了，还有许多较亮的色调也不在。通过将右边的滑块拖到直方图的结束处，从而运用了色调范围。

02 原始图像总是有些污点、内衣勒出的痕迹、斑点等瑕疵需要去除。如上图，选择了Clone Stamp（仿制图章），并将混合模式设置为加亮。不透明度设置为100%，如果设置得较低会柔化所处理的区域。混合模式设置为“加亮”，意味着目标区域中的像素会比要被取代的采样区域中的像素更暗。这样可去除斑点而又不会在皮肤上留下明显的区域。

拍摄前期准备

当拍摄原始图像时，天气又冷又潮湿，还下着小雨，更悲惨的是，还有大风吹着可怜的模特。拍摄出来的照片影调比较平，缺乏对比度。不过照片是要转换成黑白的，照片下半部分中的金属线也没有任何作用。

好点子

当使用Clone Stamp（仿制图章）笔刷时，必须避免对图案进行重复。如果你在任何地方点上了污点，那么就返回到这一区域进行采样并以复制新的纹理以便将其消除。

03 将Clone Stamp（仿制图章工具）不透明度设置为18%，将混合模式设置为正常。使用这一组合来去除眼睛下部的阴影、额头上的皱纹以及由于恶劣的天气而导致的脸颊上有点痛苦的表情。

04 为了将篱笆上的金属线去掉，将clone brush（仿制画笔）的混合模式设置为加暗——因为金属线的色调较轻。然后再次将不透明度设置为100%。样本区域取自所在的基础色调。如果背景不在焦点范围内的话，这件事肯定就会容易得多。

提 示

使用20%的clone brush（仿制画笔），用它来抚平面容和去除瑕疵，但是要小心，使用过度会导致皮肤像塑料一般的质感。

05 为了将图像转换为黑白，前景颜色被分别设置到这些阴影中，并运用Gradient Map（渐变映射）。

06 这样做的效果是将图像的层次换过来，从而使得黑白图像比彩色的情况下更暗一些。创建一个Levels Adjustment Layer（色阶调整图层）。使图层像以前一样被延展，并运用笔刷遮住天空。所刷的是图层蒙版，而不是画面，以此遮住层次调整的效果。这样一来，天空仍然暗淡而阴郁，而不是明亮的白色。

07 合并图层，然后复制一个图层。在最上层运用Unsharp Mask（USM锐化）滤镜，数量设置为50%，半径为50。这样可以为场景增加对比度，但让眼部变得太暗。所以对这一图层添加一个图层蒙版并刷上黑色。

08 然后将所有的图层合并起来，并使用Canvas（画布）命令添加一个20像素的边框。

工具一览

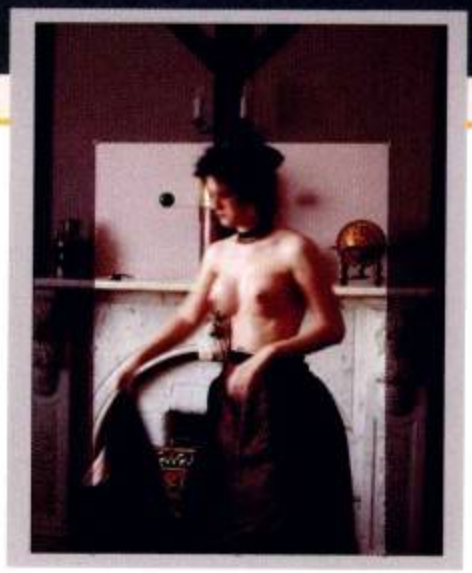
图像>调整>色阶
仿制图章工具
图像>调整>渐变映射
色阶调整图层
滤镜>锐化>USM锐化
图层蒙版
画布

调色和做旧处理

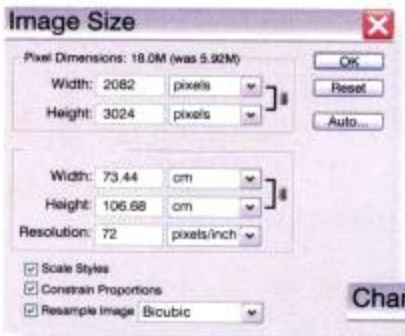
对于制作数码照片来说，有个奇怪而又颇具讽刺意味的现象：我们喜欢拍摄洁净的照片，然后对其进行变形、做旧、上色和降色处理，使它们看起来不再是本来闪光和崭新的感觉。那些对此持否定态度的人应该说没有把握这一过程的实质，很大程度上在于他们没有把握整个数码摄影的思想。这并不是说你要刻意假装或者冒充一幅照片是张老照片，而是说你制造了一张具有老照片的气氛和风格的照片，其目的在于形成一种叙事氛围从而传达怀旧的情绪。

拍摄前期准备

要对这样的照片的拍摄进行布置，以便在图像编辑阶段了解破坏后的情形。这里可提供所需要的全套装备，同时，我的客厅里还有个维多利亚风格的壁炉。可以使用现场的光线——在这个场景中，光线透过网状的窗帘照射过来。使用140mm的镜头在远处进行拍摄。使用较小的光圈以便获得较长的曝光时间，从而让拍摄对象的运动显得模糊。设置光圈为f/16，这样会让背景清晰呈现。由于背景要遭受很多的破坏，所以光圈的设置颇为关键。



01 原始图像在上部有太大的多余空间，还有些现代的物件，例如灯泡之类的。巧妙地使用Crop（裁剪）工具可以解决这些问题。



02 运用Image Size（图像大小）工具，对上一步形成的图像进行插值，让其大小符合要求。尽管这对于图像来说通常都不可接受，但由于最终的图像不是清晰的，这样操作也无妨。

03 利用Channel Mixer（通道混合器），将每个通道都设置为范围较宽的值。很重要的一点是对比度不要太大。

04 运用Variations（变化）来添加红色和黄色，从而形成棕褐色调。你也可以将三原色图像转换为灰度图像，并在此基础上将一种特定的色彩混合的地方，进行双色调处理。

好点子

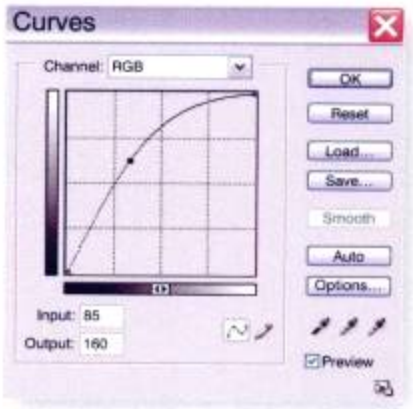
为了获得较长的曝光时间同时避免使用很小的光圈以至于景深太深，可以装配一个中性密度滤镜以减少照射过来的光线。另外，如果可能的话，也可以将ISO降低到100以下。

05 然后运用Diffuse Glow（扩散亮度）滤镜，将glow Amount（发光量）设置为0。Grain（颗粒）中输入6，Clear Amount（清除数量）中输入4。可以在着棕褐色调的阴影中添加颗粒噪点。

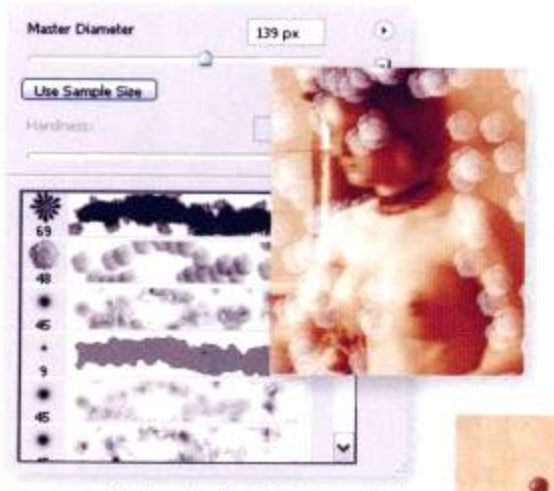
07 将这一图层的混合模式设置为Multiply（叠加），然后将不透明度降低50%。选择橡皮擦并将不透明度设置为28%。运用橡皮擦将图像的左上侧和右侧中较亮区域中的效果擦去，试图把这些区域处理成像微弱地被水浸过的样子。

08 为了向图片中加入一些Emulsion Crack（感光剂裂痕），运行Craquelure（龟裂缝）滤镜，其间距设置为100%。不必担心预览窗口，因为这只是Multiply（合并）图层，并不是图像实际的样子，然后将各图层合并起来。

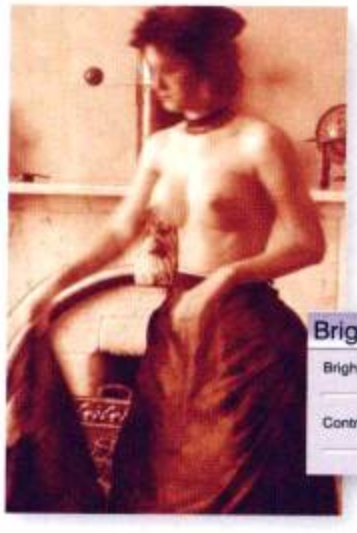
10 为了丢弃更多的细节，创建一个复制图层，将混合模式设置为Screen（屏幕）。不透明度降低50%。



11 最后，运用Curves（曲线）将色调提高到较淡的色调，运用distressed外挂滤镜将图像做抛光处理。



06 创建一个复制图层，并选择笔刷。装载有特殊效果的笔刷库，并选择玫瑰花瓣笔刷。将笔刷大小提高到为原来的二倍，将颜色选择为白色。然后在复制图层上使用这个笔刷工具。



09 为了让图像更加褪色一点，调整Brightness/Contrast（亮度/对比度），亮度提高30%，对比度降低10%。

工具一览

图像>图像大小
图像>调整>通道混合器
图像>调整>变化
滤镜>扭曲>扩散亮度
喷笔
橡皮擦
滤镜>纹理>龟裂缝
图像>调整>亮度/对比度

创建构图

有些人认为重新创建构图只是与计算机和数码摄影相关的当代现象。事实上并非如此：伟大的画家在绘制人物的时候，并不会去考虑如何表现环境。早期的摄影师会很乐意将图像的不同部分拼合在一起创建新的图像，并积累了大量技巧。但是，尽量做出让观众看不出这样做过。让人物在背景幕布前面摆姿势的做法已有悠久历史，这并只是要假装他们（她们）真的处在背景中所描绘的地方，而是要构成一幅有趣的画面。我们在这次作业中就要探讨这方面的问题。

◀ 这是在一处乡村房子中拍摄的照片，ISO设置较高，使用的是对准即拍（point-and-shoot）的傻瓜式相机。

◀ 这张在摄影棚中对着白色的背景拍摄的照片，目的是让创建构图的过程更容易一些。

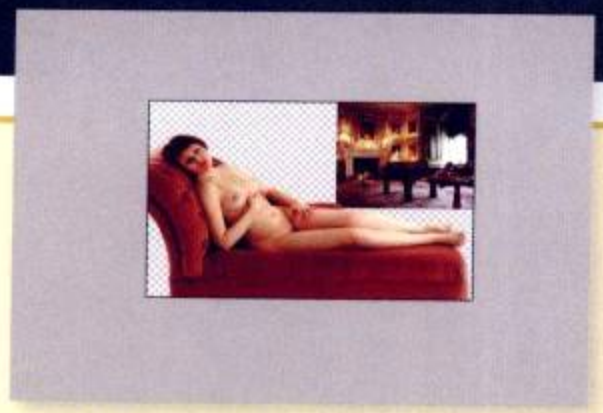
01 首先选择带有白色背景的图片，在运用Magic Wand（魔棒）时可以节省时间。将容限设置为20%，点击白色的区域。然后进入Select>Modify>Expand（选择>修改>扩展），并输入1像素的数值。

02 进入Modify（修改），选择Smooth（平滑），输入数值3，抹平选区，进入Select（选择）> Inverse（反选），然后进入Layer（图层）> New（新建）> Layer via Copy（通过拷贝的图层），将其称作“人物”图层。

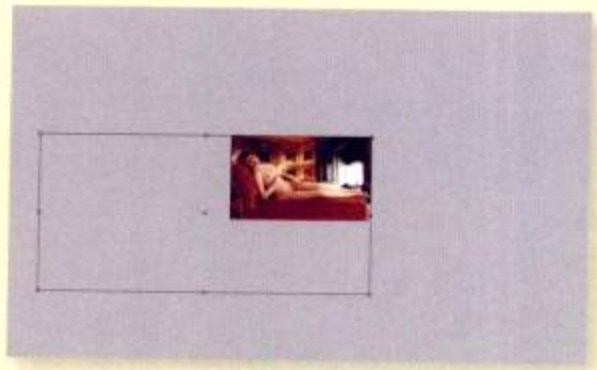
03 调出背景图，将其拖进构图中。将其移动到图层板中的两个“人物”图层之间，并将其重新命名为“房子”图层。

好点子

如果你在图层蒙版上刷黑色的过程中出现失误，只要切换为白色并刷到受到影响的区域加以纠正即可。



04 选中房子图层之后，将图片移动到角落——它比看到的人物图像要小，然后按Ctrl+A选中，并进行缩小处理。

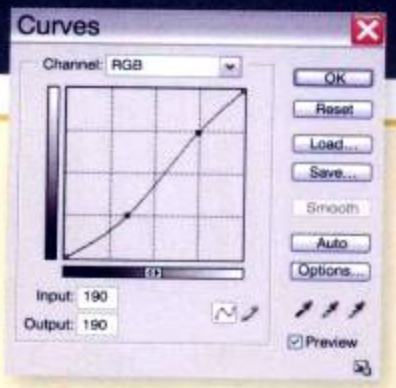


05 进入Edit（编辑）>Transform（变换）>Scale（缩放），并将一个控制手柄拖下来，从而改变“房子”背景的大小，填满屏幕，点击确认转换。重新扩大到原来的大小，按Ctrl+D删除所选择的区域。

06 使用Move（移动）工具放置“人物”图层，使之稍向下移动。然后选择“房子”进入Filter（滤镜）>Blur（模糊）>Gaussian Blur（高斯模糊）。输入5的数值让背景变模糊从而去除数码噪点。再次选择“人物”图层，对其做2像素的柔化处理。

07 在头发区域周围进行放大，该区域可能仍然出现白色背景。选择“人物”然后点击“添加图层蒙版”。选择黑色笔刷，不透明度设置为24%。用来刷图层蒙版上白色背景的区域。脚部的区域也不要略过。

08 进入Layers（图层），选择Flatten（拼合）图像。运用Burn（加深）工具将躺椅的背景以及躺椅的椅背区域加暗，同时也将脚趾周围的区域加暗。



09 现在，进入Image（图像）>Adjustment（调整）>Curves（曲线），在右上方75%处放置一个控制点数值设置为（假设）190左右，这样可保持亮区。向下、向右拖动滑块以便将其余部分加暗，同时提高色彩的对比度。

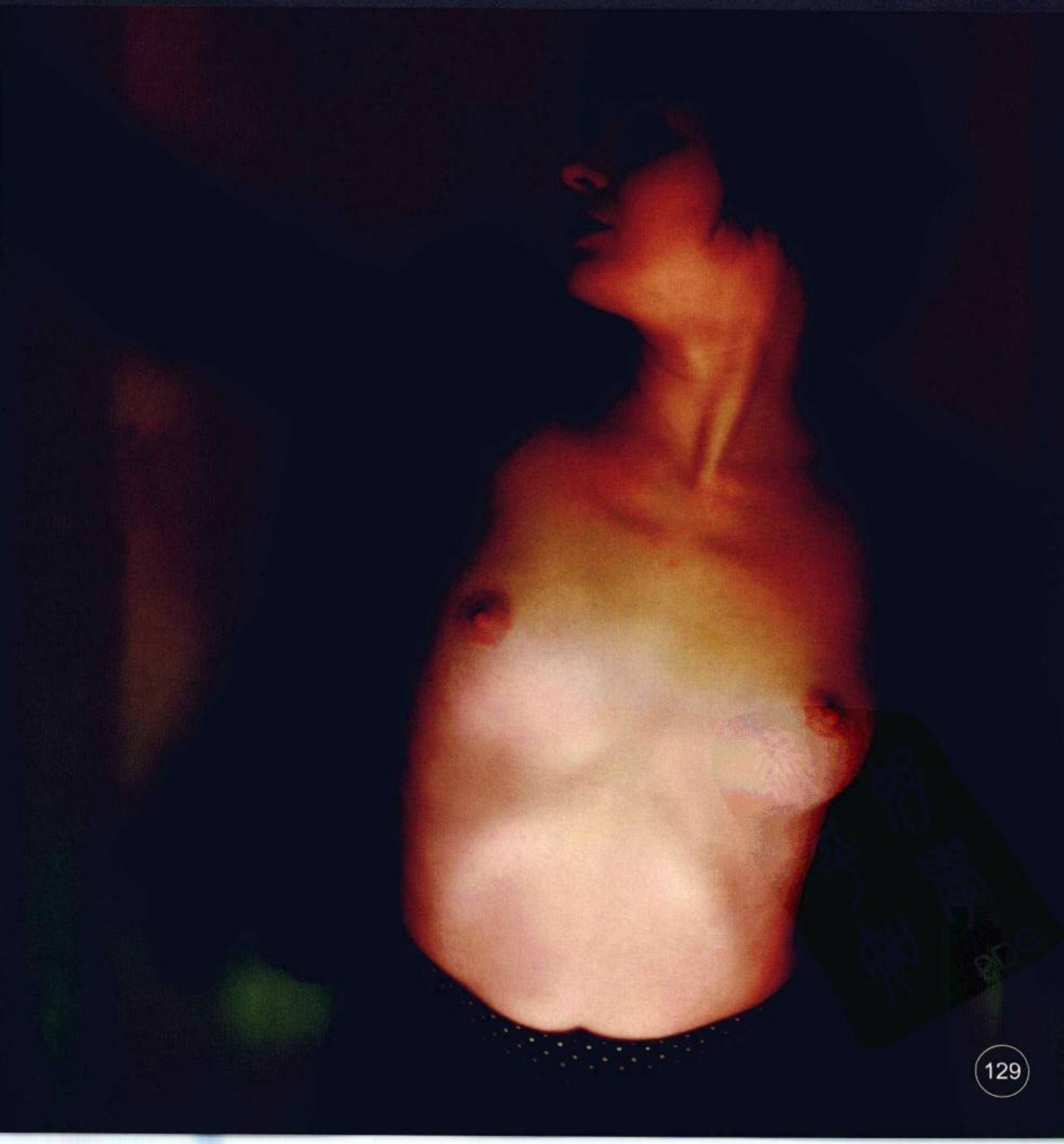
10 进入Image（图像）>Adjustment（调整）>Hue/Saturation（色相/饱和度），将对比度提高15%使图像颜色更饱和。然后进行最后一次剪切，使构图简洁，并增加一个边框以提高效果。最后形成的图像是一个在躺椅上休息的女人体，背景柔美丰富。这幅图像运用了底色纹理。

工具一览

魔棒
移动工具
编辑>变化>缩放
滤镜>模糊>高斯模糊
加深工具
图像>调整>曲线
图像>调整>色相/饱和度
滤镜>艺术效果>底纹效果

7 存储、打印和发表

从一开始，你就要确定你的拍摄目的是什么，这样你就可以针对硬盘容量权衡大小和质量方面的考虑。硬盘确实非常可靠，但是由于软件和操作系统的要求越来越高，硬盘总是处于使用状态。它某些时候可能会出现故障。因此，你需要将你的照片在DVD上备份。然后，你就该将你的图像发送出来，不论是以打印的形式，还是通过互联网或者是你自己的网站。



存储图像

在数字介质管理中，保存、存储和备份图像是一个乏味但是必不可少的步骤。你面临的第一个决定是以什么格式存储图片，因为这决定你每张图片需要多少存储空间。然后是以什么方式保存文件，以便选择备份，例如压缩磁盘、CD以及DVD光盘，包括一次性写入和可重复写入的光盘。如果你还在怀疑图像备份有什么好处，那就想想以下的情形：如果你的硬盘出现了故障该怎么办？你所有的图片都在上面，而且硬盘不会永远不出事。

文件格式

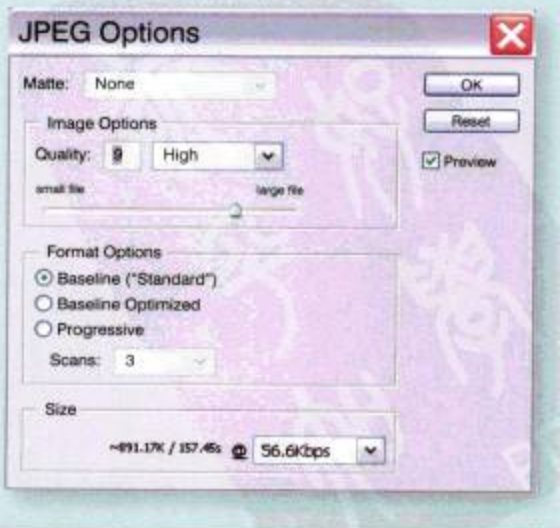
以数码方式拍摄照片时，存储格式的选择很大程度上取决于被拍摄的对象以及你手中的存储卡的容量。可以肯定的一点是，尽量不要使用JPEG格式的设置，因为这样存储的图像尽管文件比较小，但是却存在可观的伪影，从而会降低图像的质量。

当我们注重图像质量时，比如拍摄以细节见长的风景照片时，应该选择TIFF或者RAW格式拍摄。具体采用哪一种格式取决于你的相机上可以选择什么格式，多数单反相机都支持RAW格式。TIFF是一种标准文件格式，要占用很大的空间——6Mp的文件就需要17Mb的空间。

RAW格式是各家相机制造商的专有格式，占有的空间要比TIFF文件小，因而更加经济，而其质量则同样好。但是你或许不会使用这种格式，原因在于：除非你的图像编辑程序有个能够读取这种格式的插件，否则你就不得不首先使用一个专门的程序软件对其进行转换。有些情况下，这也许并不是坏事，因为所提供的软件在将图像保存为TIFF文件之前，可以改变RAW图像的白平衡、曝光和锐度。

使用JPEG文件的优势在于文件小。对于商业用途的人像和人体摄影来说，以JPEG精细格式拍摄完全可以接受。使用JPEG文件需避免再次保存，因为每保存一次，图像就被压缩一次。可以选择JPEG格式拍摄，编辑过后以TIFF格式保存。

▲ 你大约会需要7张CD来保存一张DVD所能保存的内容，但是CD是传输数量相对较少的高分辨率文件的最廉价选择。



▶ 把文件保存为JPEG格式时，你可以选择要使用的压缩水平。

你知道吗？

人们曾提出过统一的RAW格式，但是对于是否采纳以及应采用的具体格式仍在继续讨论中。

存储

压缩硬盘和压缩磁盘起初被视为一种方便的存储介质，现在基本上退出了一般应用，主要用于媒体公司，这些公司中的多数机器都有压缩硬盘。100Mb的压缩磁盘对于目前的高分辨率图像来说已经不实用了，尽管750Mb的版本在容量方面则可以与CD相竞争，但并不是很好的选择，因为接收者必须也有个压缩驱动器。而多数人都没有这种驱动器，然而每个人都会有CD驱动器。而且CD也非常便宜。

CD的标准格式是CD-R，这代表一次性写入。并不是只能向CD中写入一个段落；而是意味着当CD由激光进行刻录时，只能在磁盘上写入一次内容。可重复写入内容的CD是CD-RW，这种CD可以将上面的内容擦掉并重新写入，类似于将录影带或磁带。CD利用layer的点蚀深度进行记录，而CD-RW则利用相变技术以磁力方式对磁盘进行蚀刻。需要注意的是，CD-RW对于不同驱动器的兼容性较低，但是仍能够广泛兼容。

如果你想将你的图片进行备份，明智的选择是DVD。单面的DVD可以存储4.7Gb的内容，而双面格式的DVD可以存储9.4Gb。标准格式的DVD是一次性写入格式。

一次性写入DVD的格式有两种：DVD-R和DVD+R格式。多数DVD驱动器都能够读取这两种格式。如果说哪一种更为流行的话，DVD-R格式似乎赢得主导地位。另外还有两种可重复写入的格式：预测的DVD-RW和DVD+RW光盘。

JPEG格式

JPEG代表联合摄影专家组，同时是专为用户配置的压缩文件格式。这意味着指定压缩水平并用其平衡质量与文件大小。

这幅12Mp的图像是以最高质量的JPEG格式拍摄的，占用的空间为4.7Mb，一旦转换为RGB TIFF文件后，所需要的空间就达到35Mb。

黑白打印

与其他类型的摄影相比，黑白打印相对更适合艺术人体摄影。去除色彩可以让观者更专注于纹理、用光、色调、形状和构图。将照片打印出来是自然的下一步，但是要获得标准的黑白照片却有点困难。

可能出现第一个问题是你打印出的黑白照片出现彩色投影——蓝色，综合，绿色等；也可能是任何阴影。对于初学者来说这尤其令人烦恼，因为并不清楚会出现这种状况的原因。原因在于打印机是CMYK设备而不是屏幕上的RGB，对于图片的CMYK解释会有所不同。这样说，想必你仍旧会困惑——我们在黑白打印照片中为什么会说到色彩呢？原因在于CMYK中的K元素是指key ink，即黑色。然而，在CMKY打印过程中，K与其他色彩混合形成更深，更暗的阴影。当打印机把色彩混合时，就会出现彩色投影而不是纯粹的黑色。

针对这个问题有个快速而容易的解决办法，就是在打印机驱动程序中设定只使用黑色墨盒，不能使用彩色墨盒。然而，这样做会减少用来打印照片的墨水数量，因此可能会看起来粗，破坏掉色调渐变和细节层次。另外，有些情况下，墨水和纸张的某些组合会形成彩色投影。尽管坚持使用打印机制造商的产品可以避免这种特定的问题，但是仍旧会出现彩色墨水的问题。

更为昂贵的办法是校准打印机，这项工作是整体系统校准过程之一。首先从显示器开始。其中的一个捷径是校准资料，并将其程序安装到电脑系统。这样有助于确保打印输出的品质稳定。

解决彩色投影的实用做法之一是手动调整每个墨盒的输出。如果投影为青色，就减少青色墨盒的输出，然后测试打印，再次检查其投影。

专业墨水

有许多替代墨水，包括4种黑色和灰度，以及有限色域墨水的阴影——这种墨水可以代替普通的彩色墨水。这些墨水系统往往自带校准程序，以便为普通规格的打印机提供整套的墨水替换系统。

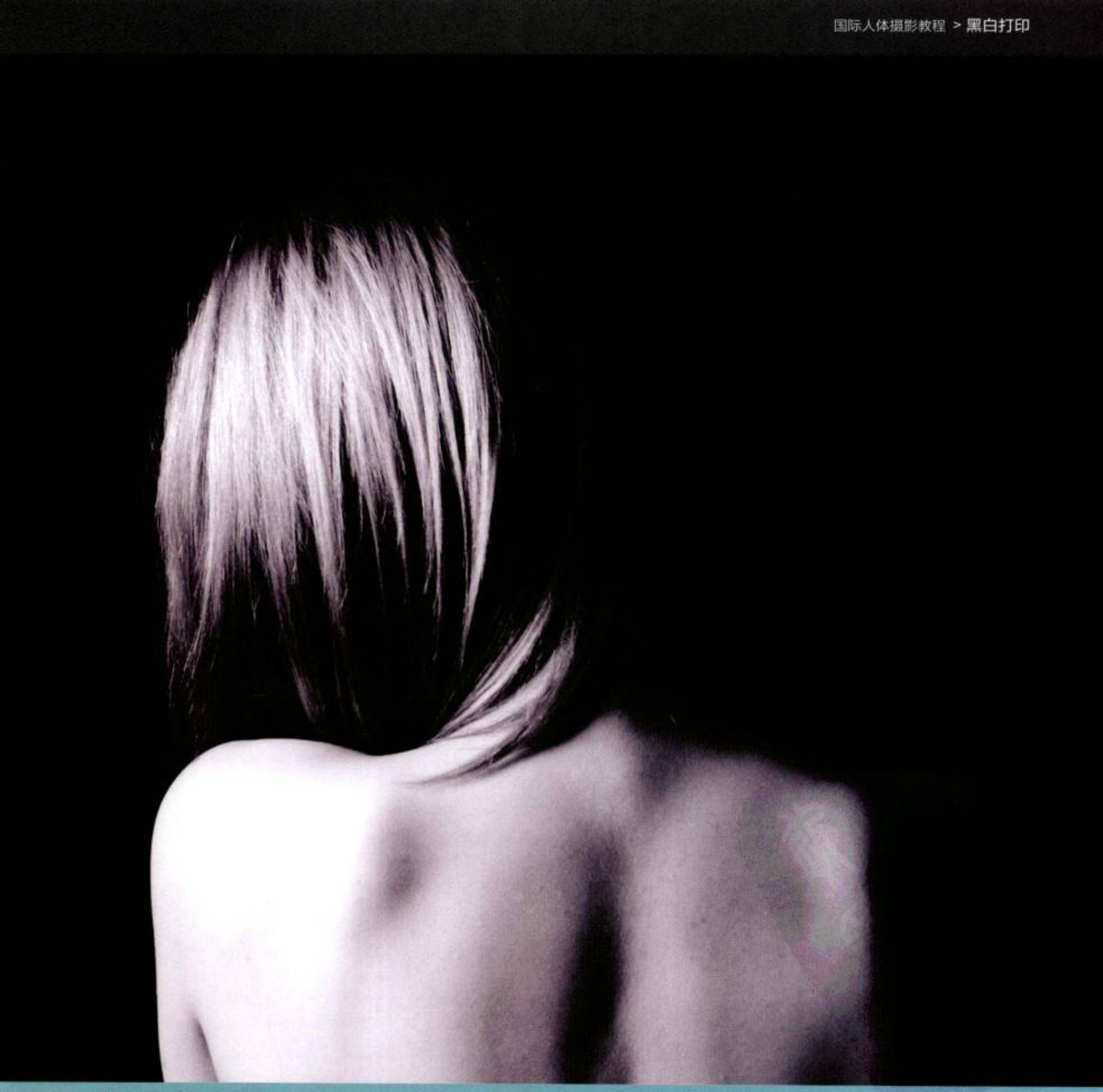
▲ 拍摄出精彩照片是最容易的，把彩色图像转换为高质量的黑白打印照片更为困难。办法之一是改变打印机软件中的色彩平衡滑块。

▲ 对于彩色图像的一个快速解决办法是只使用黑色墨盒来打印图像。

▲ 通过使用Photoshop中的Print Preview（打印预览），设置工作空间以及打印的设置。

你知道吗？

如果你重视黑白打印，那么让一台打印机只黑白打印是有意义的——这样可以避免彩色打印带来的污染，而且还可以单独进行配置和使用。



黑白打印选项

灰阶印刷
调节彩色黑盒
使用专用墨水
使用打印机文件

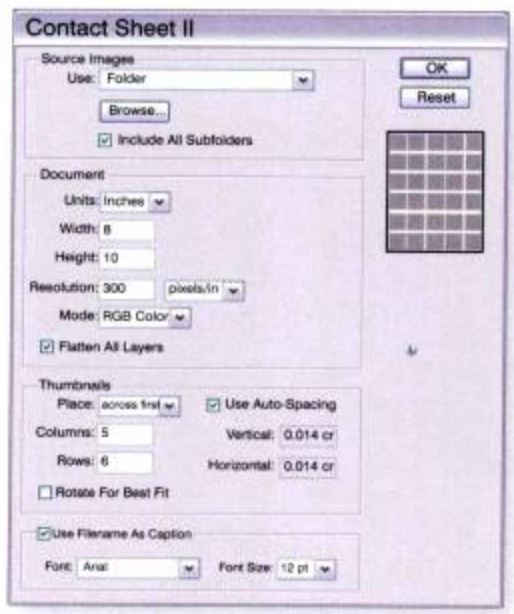
发表照片

拍摄了一堆精彩的照片以后，拿出来炫耀一下是可以理解的，不论是把它们打印出来，还是进行电子复制和传播。当然，如果你是为某人拍摄作品的话，他们会希望事后能够看到这些照片呈现出来。另外的主要传播领域是在你的网络空间上发布你的照片，这样每个能够进行互联网访问的人都可以来看看。从许多方面来说，目的是为了广泛宣传你的摄影水平，同时为你的摄影作品建立网站，从成本与传播效果的角度来说是非常值得的。

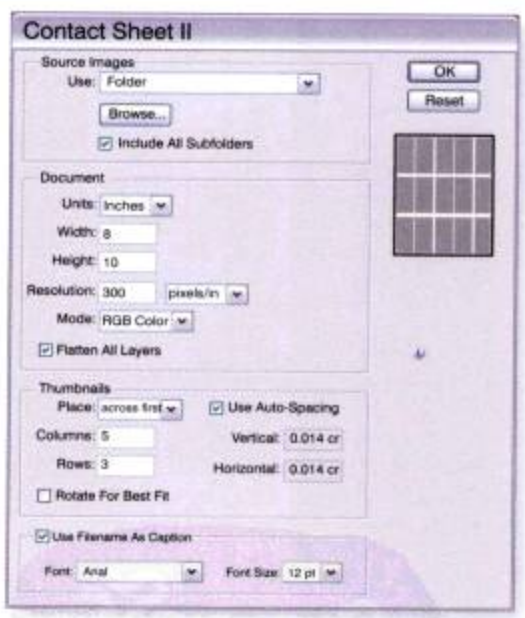
小样

向某些人（不论他们是想要一个系列用来打印和送给的模特，还是希望从一个系列中进行挑选潜在的客户）展示大量照片的一个方法是使用小样。在电脑上，这项工作可以在Photoshop中完成，会提供一个方便的小样生成器。

01 进入File（文件）>Automate（自动）>Contact Sheet II（联系表II），进行选择。这样可以调出带有模板的完整小样生成器屏幕。你要么需要将希望出现在小样面板中的所有照片处在同一位置，以便能够指定一个文件夹；要么从它们在你的硬盘中存储所在的地方进行手动选择。



02 小样的文件选择中有些与宽度，高度和分辨率相关的数字。这些数字并不是图像的大小，而是最终完成文档的大小。图像大小会被改变以适应文件大小。



03 缩略图选择决定了小样的图片如何安排。缩略图越多，它们就越小。重要的是要创建数量与图像的数量大致相当的缩略图点位，因为你也许不会正好填满所有的行列。如果你设置的的点位太多，那么页面的一半就可能是空的。另外一个值得注意的做法是，将栏数设置得比行数设置得多或者将行数设置得比栏数多时，需要看看你的照片是以风景为主还是以人像为主。

你知道吗？

注册你自己的域名需要花费一些钱，但是如果你不想承受网络空间费用的话，那就使用一个提供免费空间的网络，并使用你的提供商的域名转址和重定向选项将人们发送到上面，他们会认为你有个有着自己的域名的昂贵网站，而不认为该域名是在免费网站上托管。

▲ 这是Fusion 7，来自于我的网络主机的软件套装。

04 最后，如果你取消自动选定的文件名为标题，那么你就需要事后添加标题，然后点击OK，软件便自动创建小样。

网络上的各种资源

多数互联网服务提供商（ISP）都提供某种形式的免费空间。这种空间通常都不大，而且往往访问速度很慢；而且，它提供的不是你自己的听起来很专业的域名，而是将服务提供商自己的名字放在前面。如果你想尽量留下个专业的印象，这就不是最好的选择。如果你希望展示你的摄影作品，那么创建一个专门的网站才是展示作品的最有效且经济的方法。

一个替代方法是在有关摄影、模特和摄影师的网站注册帐户，登记你的详细信息并在你的帐户中发布一些照片。这样做的优势在于，这些网站中总是有些可以发布广告的论坛，任何想和你取得联系的人都可以先在这里看到你的所有照片。其不利之处在于图像的格式完全由网站决定，如果希望上载多一些照片，你通常需要预约。在这种情况下，你也许宁愿花钱购买自己的网站托管的域名。

你可以很方便地注册并拥有自己的域名，例如，我的域名是www.duncanevans.co.uk。注册费通常很低，使用时间为1年或2年，之后还是需要重新注册。不过服务提供商会为你做这件事，直接从你的信用卡上划走费用。下一个步骤是确定你的照片以及网站的物理位置。尽管你可以花费很低的成本做这件事情，并将其放在免费网站上——诸如AOL等许多ISP会为他们的客户提供免费的空间。如果你希望放上去许多照片，能够获得流量统计并且在该网站上拥有不小的流量，那么花钱购买域名是个更好的主意。

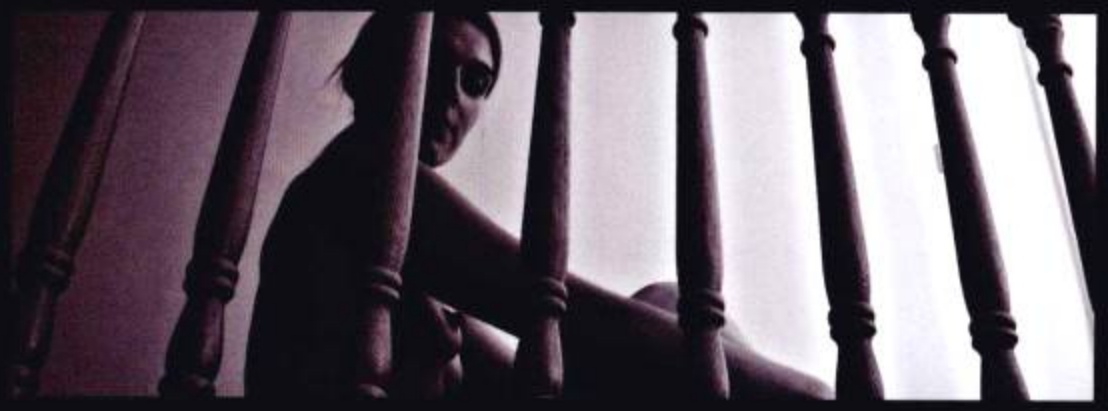
向你出售域名的人也会托管网络，因此在同一个空间中进行所有的工作是合理的做法。你一年花不到150美元就能获得网络托管服务。创建自己的网站会是个非常麻烦的事情，如果你不精通HTML、Java、ActiveX以及其他相关的技术，这个工作会让你觉得很有难度。所幸的是，向你出售网络空间的人通常会拥有完整的服务，会作为整个交易的一部分向你提供网络创建软件包。可以帮助你利用模板来创建网站，然后获得自动引导将照片放入到一个模板中。你添加上描述，程序就会完成那些困难的任务。然后，它就会自动连接到网站服务器，并为你将照片全部上传上去。

工具一览
文件>调整>联系表 II

8 附录

这部数码摄影教程揭示了人体摄影背后的拍摄过程和创造性思维，希望能够对您有所帮助且富有启发意义。在本书最后我们提供了术语表、索引和我们的摄影作者指南。

术语表



AdobeRGB 1998　基于RGB系统的色彩文件，具有适合于摄影图片的较宽的色域。参见sRGB。

AEL　自动曝光锁（Automatic Exposure Lock），一种相机选项，用来在读出曝光读数后将其锁定，这样就可以移动相机并重新构图，而无需再次测光，也不会出现不同的曝光结果。

AF illuminator（自动对焦光源）　当光线不够明亮以至于无法凭借自动对焦检测对比度差异时，可以使用聚光灯或红外灯光来照亮目标区域，使之能够检测出对比度差异。

Aperture（光圈）　允许光线透过镜头进入相机以照射电荷耦合装置。参见f档。

Aperture Priority（光圈优先）　相机的拍摄模式，允许用户设置好光圈，然后在测光时自动计算曝光时间。

Artifact（伪影）　照片上的小损坏或缺陷，通常是由JPEG文件压缩造成的。

Automatic white balance（自动白平衡）　数码相机中能够去除不同类型的光线色调，从而引起的图像色偏系统。

Bit（比特）　二进制数位，计算机所用信息的最小单位。

Bitmap（位图）　由色彩网格或灰度像素构成的数字图像。

Byte（字节）　一串8位的字符，1024字节构成1k（kB），1024kB构成1兆（MB）。

CCD（charge-coupled device，电荷耦合装置）　捕捉光波并将其转换为电子信号的装置。

CD-R　可以写入数据但是不能擦掉（数据）的光盘。

CD-RW　可以擦掉上面的数据并使用多次的光盘。

Chromatic aberration（色差）　围绕从背后照亮的物体的色彩，是由许多袖珍型相机中使用的质量差的镜头系统引起的。色差也会影响到高质量光学系统，但是其程度有限。

CMOS　Complementary Metal Oxide Semiconductor（互补金属氧化物半导体）　某些数码相机和扫描仪中使用的光敏芯片，用来代替CCD。CMOS芯片的开发和制造要比CCD芯片成本低，但是这种芯片形成的图像往往较柔。

CMYK　青色、品红、黄色和黑色的缩写——这四种色彩是可以用来派生出其他次级色彩。CMYK被用来在打印页面上再现色彩，其色域比RGB窄。参见RGB。

Compact Flash（紧凑闪存）　一种具有内置接口的存储卡。

Compression（压缩）　一种将文件减小的过程，有损耗的压缩系统会降低文件的质量，无损压缩过程不会损害图像。参见JPEG。

Digital image（数码图像）　由像素构成并以数据的形式记录的图像。

Digital zoom（数码变焦）　通过裁剪照片，通过模拟变焦效果而放大剩下的部分，这一过程叫"数字变焦"过程。参见"插值"和"变焦镜头"。

Download（下载）　将数据从某个来源传输到另一个来源的过程，通常是从相机传输到计算机。

dpi（每英寸点数）　是照片在打印出来时，密度的大小单位，不是其分辨率。

DVD：数字化通用磁盘。与CD性质相同的大容量存储介质，但是其空间可达到CD的6倍。

DVD-R：可写入DVD光盘的最常见类型。尽管数据可多区段兼容，但是无法擦掉。

DVD-RW和DVD+RW：DVD光盘的可擦写版本。

Dynamatic range（动态范围）：某一场景中CCD能够分辨的从最亮区域到最暗区域之间的范围，也称作曝光范围。

Electronic viewfinder（电子取景器）：小型LCD显示屏，在某些数码相机中用来代替光学取景器。

EXIF：可交换图像文件（Exchangeable Image File），与图片一起由数码相机记录的拍摄数据。

Exposure Compensation（曝光补偿）：对照片进行的，用来纠正曝光的调整，无需调整光圈或快门速度。

Exposure Value（曝光值）EV：照片的亮度数值。

f-stop（f档）：相机的光圈设置，f档数字越高意味着相机所用的光圈较小。

File size（文件大小）：文件的大小由其中所包含的数据量决定。

Image-editing（图像编辑软件）：用来操作数字图像的程序，也成为图像处理、图像操作、图像编辑或成像的软件。

Image resolution（图像分辨率）：数字图像中存储的像素数。

GIF：图形互换文件（Graphic Interchange File），常见的互联网图形格式，用于需要较小的色彩的旗帜或图标。

Ink-jet printer（喷墨打印机）：在纸上喷溅小墨滴形成打印图像的打印机。

Interpolation（插值）：通过增加新像素来提高图像分辨率的过程，这一过程会降低图像质量。

Guide Number（闪光指数）：闪光范围或功率的量度，为了以手动方式得出相机的光圈设置，按照拍摄对象的距离来划分闪光指数，这一过程中可以用到f档，然而，多数闪光灯还具有感光器，当这些感光器认为曝光正确的时候，就会将闪光切断，因此闪光指数更常见的用途是来界定功率。

JPEG（或JPG）：以牺牲图像质量为代价来减小图像大小的文件格式。

k/s：每秒传输数据的量度单位。

Kelvin（开尔文）：用来划分色温的量度，中午时的日光色温为5500k。

kilobyte（k或kB）：计算机内存单位，等于1024字节。

LAB色彩：包括量度通道以及2个色彩通道的色彩模式，其中A覆盖绿色到红色的范围，B覆盖蓝色到黄色。

Laser printer（激光打印机）：通过将墨粉或碳粉定影到纸面上来打印文档的打印机。

LCD（液晶显示屏）：小型显示屏，通过对两个电极之间对电会起反应的物质通电来照亮。

LCD屏幕：多数数码相机中内置的小型彩色显示屏，可以让用户在拍摄照片时预览或反复浏览照片。

Lithiumion（锂离子）：或Li-ion，强力充电电池，不会受记忆效应影响，参见Ni-Cd。

MAh（毫安时）：milliamp hours）：描述电池的功率容量的测量单位。

Mb/s：兆每秒，数据传输率测量单位。

Megabyte（Mb、MB）：计算机内存单位，等于1024k。

兆像素：Mp：1百万素，数码相机的标准指标，将相机的水平和垂直最大分辨率相乘并以百万像素为单位表达，所以，拍摄的照片分辨率为2400x1600的相机，就是3.8Mp的相机。

Memory effect（记忆效应）：充电电池的功率容量随着时间而下降的效应。

Memory stick（记忆棒）：索尼公司专有的固态存储介质。

Microdrive（微硬盘）：一种微小型硬盘，可提供巨大的存储容量，可用于数码相机中，带有II型闪存接口。

Microsoft Windows 98/Me：个人电脑上使用的家庭用户操作系统，现在已经被Windows XP取代。

Microsoft Windows NT：面向企业设计的Microsoft操作系统，使更多的文件安全处理及访问。

Microsoft Windows 2000：一种基于WindowsNT的操作升级系统，用于企业。

Microsoft Windows XP Home：当前的Windows操作系统，这个版本系基于NT核心，但是为面向家庭用户而设计。

Microsoft Windows XP Professional：面向家庭用户，专业人士以小企业的XP版本。

Multimedia Card（多媒体卡）：数字设备中使用的存储介质类型。

Neutuel Dewsity fileer（中性密度滤光镜）：处于创造性目的而减少进入相机的光线的滤光镜。渐变式中性密度滤镜片从灰度逐渐进入白色，因此只影响图像的上部和底部。

Ni-Cd或Nicad（镍镉电池）：充电电池的基本类型，可充电达1000次，但是会出现记忆效应。参见“记忆效应”。

NiMH（镍氢电池nickel metal hydride）：充电电池，电量是同等镍镉电池的2倍，另外受记忆效应的影响要小得多。参见“记忆效应”。

Optical viewfinder（光学取景器）：或者以直接方式或者通过镜片向用于传递场景图像的取景器，不需要借助于电子设备或LCD。

Outputting（输出）：打印图像或者配置图像以便显示在互联网上的过程。

PC card（PC卡）：扩展卡接口，通常用于笔记本电脑，许多PC卡都提供从网络接口，调制解调器到数码相机存储卡支架等设备，有些存储卡读卡器使用PC卡接口（或者PCMCIA卡）。

PCsync（PC同步）：相机上面的插槽，可允许相机控制摄影棚中的闪光系统。

Pen tablet（绘图板）：代替鼠标的输入设备，通过在专门设计的数码板上移动画笔来控制光标。

Photoshop　Adobe公司出品的图像处理程序。

Pixel（像素）　数字数据的小方格，是所有数字图像的基础。

Pixelation（像素化）　让单个像素能够被看到的效果。

Plug-in（插件）　与主要照片编辑程序整合以提供更多功能的软件。

PNG　便携式网络图形（Portable NetworkGraphics），互联网上使用的文件格式，常用于图像，可以定义为8位到24位色彩。

Polarizer filter（偏振滤光镜）　可以阻止特定方向上的光波。可用来增强天空及反射，或者阻止反射。

Printer resolution（打印机分辨率）　打印机喷射到纸上的墨点密度，通常以dpi（每英寸点数）来表达，但是要注意，这个dpi与图像的dpi不是同一个概念。

RAW　这种图像格式可以确切地记录相机的CCD/CMOS芯片所看到的内容。数据不会被相机的固件改变（图像不会被锐化，色彩饱和度不会被提高，噪点水平不会被降低）。

RGB　色彩过滤的附加系统，利用红色、绿色和蓝色的组合来重新创建色彩。数字图像中的标准系统，参见CMYK。

Secure Data　SD卡（安全数据卡）　某些数码相机中使用的固体存储介质。

Shutter priority（快门优先）　相机的拍摄模式。预先设置相机的快门速度，然后根据测光数值而相机则自动计算光圈设置。

SLR　单反相机。它的优势是它通过光学取景器显示的图像，就是相机通过镜头本身所看到的图像。数码单反相机要比袖珍型数码相机速度快得多，并且响应更灵敏，功能更强大。

SmartMedia（SM卡）　用来存储数字图像的存储卡类型，非常流行的数码相机格式，现在已被xD图卡取代。

sRGB　常见但是范围有限的色域，RGB系统的简档，最常用于数码相机中，参见AdobeRGB。

Thumbnail（缩略图）　用来识别、显示图像并进行分类的小型图像。

TIFF　一种图像文件格式，用来存储高质量图像。可以使用无损失数据的压缩系统来减小文件大小，而不会导致图像质量下降。可以在某些数码相机上使用，作为使用JPEG格式保存图像的替代方式。

TTL（透过镜头，through-the-lens）测光　内置于相机机身中的传感器，利用透过镜头进来的光线来设置曝光。

USB 1.1（通用串行总线1.1版）　计算机到外围设备的外置连接方式，可支持1.5Mb/s的数据传输速率。一个USB 1.1端口可以连接127种外围设备。

USB2.0（高速USB）　USB1.1的一种变体，可支持高达60Mb/s的数据传输速率。可以利用USB 1.1插槽来使用USB2.0设备（传输速度会降低很多），因此USB 1.1设备也可以在USB 2.0插槽中使用。

VCD　DVD视频格式的前身，分辨率比DVD视频低，但是可由标准CD播放，可以在个人电脑上播放。

WYSIWYG　"所见即所得"（"what you see is what you get"）的首字母缩写形式，用来描述能够确切地输出屏幕上可以看到内容的计算机接口的用语。

xD图卡（xD卡）　东芝、富士和奥林巴斯开发的存储卡格式，该设计用来取代SM卡。

X-sync（X同步）　相机可以与电子闪光灯同步的最快的快门速度。

Zoom lens（变焦镜头）　Optical zoom）　焦距可变的镜头，可以灵活性地调整质量损失和光圈范围。

索引

A

埃里克·凯勒曼 51，53，95，114
艾伦·科伯恩 59－60

B

白平衡 16－17，102－103，130
摆拍 7，22，24－27，34
斑点 122
版权 25
曝光不足 12，61，72，84－85，104，109
曝光过度 12，106－107
备份 128，130－131
背景 14，18，28－29
比昂·奥尔森 34，44，51，58－59，63，83，99，108
编辑 116－117，119－120，124，126－127
编辑 117，120－121
编辑 118
编辑 118，120，124
编辑 118－119，1120
编辑 119－121，124
编辑 119－121，127
编辑 120，122－123
编辑 121
编辑 121，123
编辑 124
编辑 126
变焦镜头 15，32，41，78，82，92，108
表情 28－29，44，68，112
补光 97
布莱恩·马丁 46，132

C

CD 131
CMYK 132
裁剪 7，38，43，58－59，62，69，77，79，84－85，95
彩色投影 16，102，132
彩色用光 102－103
测光 28，40，52，56
插件 125，130
差旅成本 25
产品组合 134－135
长焦镜头 15，30－32，41
成对 7，58－61
抽象 7，36－37，50－53，66
厨房 68，104
窗子 92－93，124
创建 126－127
存储 16，128－131

D

DVD 131
戴尔·莱默 87，115
丹·霍威尔 62，86－87
单色 43，45，50－51，69，71－72，75，91，95，116，118－120，122，124
挡光板 50，97，100
道具 18，34，36，47，54－57，61，68，92，95，103
低调 8，41，106－107
低光线水平 108－109
电池 16
定焦镜头 15，32，48
端口 70

F

发表 7，128，134－135
法律 20
翻转图像 42－43
反馈 12
反射 104－105，112
非个人形式 48－49
分辨率 14
氛围 28－29，40－41，54，73，84，110，124
风格 38，42，44，46－48，52，56，58，60
风格 39，41，44，52，56－58，60，62
风格 88－115
附件 16－17

G

高调 8，12，62，66，98，100，106－117，120
构图 7－9，20
广角镜 15，41－42，46－47，66－67，74，78－79，108，111
光圈 14，17－18，28
光影 120－121

H

海滩 20
红外触发 14
灰度 55，124，133

I

ISO感光值 13－14，16，72，109，124，126

J

JPEG 13，130－131
记忆卡 13，16，130
剪影 52，76，88，90，94－95
焦距 12，15，31－32，44，54，68，78，82，94，105－106
郊区花园 72－73
校准 132
景深 14，28，34，46，60，72，80，84，90，105，112，118，124
镜头 10，14－15
镜子104－105

K

控光伞 96，112，114
快放图像 30，34－35
快门速度 12－14，28

L

LCD 屏幕 12
蜡烛 56，82，105
老化处理 117，124－125
联系表 134
亮区 12，41，43
楼梯 68，111
滤光片 16，124
罗伯特·金 39

M

马克·埃德蒙森 21，26，38，62，97
马克·瓦利 26，42，48－49，74，82，97，105，110
门口 66，64，110，112－114
蒙版 55
面纱 56－57
模糊 72，80，82，104－105，108，124
墨水 132
模特 7，12，18，22－35，59－60，135
模特授权协议书 25
目光交流 7，34，36，44－45

N

内插 109，124

P

PC 同步插槽 14
拍摄对象 30，32
拍摄照片序列 7，30－31
拍摄对象 28，30，32，34
拍摄对象 28－30
拍摄对象 35
拍摄对象 30－31
拍摄对象 31，34
拍摄对象（模特）34－35
拍摄对象 32，34
皮肤 28，56，62，70－71
偏振镜 16－17

Q
前景 94－95，101，104，123，127
清理 122－123
取景 7－8，88－90，92，94－95，110－114

R
RAW 130
人像摄影 38－40，42－45，48，50－52，54，58，60－63
人像摄影 40，42－43，46，49－50，52，56，58，62
人像摄影 40，44，46－47
人像摄影 40－41，52－53，56－57，60－61，64
人像摄影 41，43，45，47，49，51，53，55，57，59，61
人像摄影 43－44，48，52－54，61
人像摄影 43－46，50，52，54，58，61
人像摄影 46，48，52，59
人像摄影 53，61
人像摄影风格 7，36－63
日光 90－91
日落 72，77，100
柔光箱 96－98，100，102，106，120

S
三分之二身长照片 39，41，56，63，76
散光 104－105
三脚架 12，56，68，72，82，108
色温 17
闪光灯 51，56，58
摄影棚照片 8，14，42，96－99
视角 78－79
室内装修 66－69
市区外景 70－71
手持拍摄 28，109
手动控制 14
束光罩 97，100
数据库 24
双色调 55，124
斯蒂芬·海恩斯 18，46，50，54－55，59，71，80，87，111，114－115
斯蒂芬·休斯 62

T
TIFF 13，130
特写 52，62，66，76，98，108
天空 16－17，76－77，109，123
图表 7－8
图像编辑 7，116－127
图像长度 7，36－41

W
外景 66，68，70，72，78，82－84
外景 66，68，70－72，76－78，80－84
外景 66，70，72，74，76－77，80－83，86－87
外景 66，72，74，78－80，84，86
外景 66，73，77－78
外景 66－67，72，83，88
外景 66－68，70－71，82，84
外景 67，69，71，73，77，79，81，83，85
外景 67，69，71－72，74，77，83
外景 67，69，79
外景 68，70－72，74，76，83－84，86
外景 68－69，72－73，76－77，84－85，88
外景 70，72－73，75－76，78，83－84
外景 74，78，80
外景 80－81，83，85
外景拍摄 7－8，10，20，56，64－87，114，122
完全身长照片 39－40
网址 24－25，128，134－135
纹理 80－81，123，127，132
卧室 67－68
舞者 84－85，92－93

X
西蒙·扬 38，75，104
乡村外景 74－77
相机 14－15
相机抖动 12，82
信息板 24

Y
压缩 130－131
摇镜头 115
印刷 132
印刷 7，109，128，132－133
阴影 28－29，33，38
用光 107，109，111，113
用光 9，14，18，20－21
用光 90，92，94，101，104，106－107
用光 90，92，94，96，98，100，104，108，111－112，115
用光 90，93，98，100，104－105，107，110，112，114
用光 90，94，96－98，100－102，106－107，112，114
用光 90－92，101，103，106－107，109，111，113
用光 90－92，94－97，101，109－113，83
用光 90－92，99，105，111，113
用光 91，93－94，96－100，102，105－108，110，113－114
用光 92，98，102
用光 92－93，98－99，102－103，108－109，112－113
用光 94，100，102，104，108，110，115
用光 94，96，100，108－110，114
域名 134－135
浴室 66，68
云 90－91
运动 82－83

Z
噪点 12，72，77，125，127
指导 26－27
直方图 12，73，107，122
支付 25
织物 54－58，106，114－115
中色调 109
主光 97－98，103，120
作业 7－8，34－35

致谢

感谢以下各位提供了精彩的摄影作品。此外，还要感谢RotoVision出版社的克莉丝·米德尔顿（Chris Middleton），是她促成这一项目，坚持并完成。此外，还要感谢各位模特——洛克斯，马特，奥罗拉，梅根，凯蒂，凯娅和雅士敏等出色的工作，而且这些工作通常是在艰苦的条件下完成的。

邓肯·埃文斯 LRPS（初级会士 英国皇家摄影协会）

Email：dg@duncanevans.co.uk

Website：www.duncanevans.co.uk

艾伦·科伯恩

艾伦一直喜欢拍摄人体，从公交车站，咖啡馆中的抓拍到摄影棚中的全副武装的摆拍。他尤其对人体摄影中光线和阴影的控制感兴趣。

Email：Porthodean@aol.com

斯蒂芬·海恩斯

斯蒂芬·海恩斯是美国明尼阿波利斯的一位艺术摄影师。女性人体之美是他的首要拍摄重点，同时也会探讨形式或几何形体的摄影主题。他在明尼阿波利斯教授摄影课程。

Email：imagineer@ix.netcom.com

Website：www.shaynes.com

丹·霍威尔

丹·霍威尔曾在纽约市区担任专业杂志和广告摄影达15年以上。尽管他的人体摄影中最重视身体的线条和姿势等元素，但是他也会努力通过模特的脸部和眼神来传达其个性。

Email：photography@modelfetish.com

Website：www.modelfetish.com

埃里克·凯勒曼

埃里克是长期居住在英国的荷兰籍人士。他在摄影棚中只使用数码相机拍摄，而且说惟一的拍摄对象就是女性人体。

Email：info@erickellermanphotography.com

Website：www.erickellermanphotography.com

戴尔·莱默

戴尔·莱默居住在纽约州的北部地区，许多年前开始从事摄影，当时是爱好者之一，大约5年前转为拍摄艺术人体摄影。他使用奥林巴斯E-20数码相机，擅长在光线水平较低时的艺术表现。他喜欢艺术创作，表现他心目中独特的女性之美。

Email：kelly@hvi.net

布莱恩·马丁

20多年来布莱恩拍摄了许多模特，最近专注于女性人体摄影。他的作品是以数码相机拍摄的，然后还原为黑白色调，以此强调女性人体的形状和线条。

Email：martinphoto@blueyonder.co.uk

Website：www.martinphoto.co.uk

比昂·奥尔森

比昂来自德国。他渴望创作充满光影和神秘感的照片，不论是在影棚内还是在室外。

Email：bjoern@oldsen.de

Website：www.oldsen.de

西蒙·波尔

西蒙的摄影领域主要是表现风景和自然历史方面的题材。他最近扩展了工作范围，也开始拍摄模特，他关注的是够表达情感，情绪，表情和令人感兴趣的瞬间——不论是以风景，花朵还是人物作为拍摄对象。

Email：info@simon-pole.co.uk

Website：www.simon-pole.co.uk

马克·瓦利

马克拍摄的照片用于出售，主要拍摄风景，野生动物和艺术人体。他努力挖掘各种事物中的美。

Email：markvarleyphoto@hotmail.com

Website：www.mvp-fine-art.co.uk

西蒙·扬

西蒙的教学风格独特而幽默，思想如下：如何让模特放松，同时得到表现完美的人像摄影作品。

Email：allinthemind@blueyonder.co.uk

本书从五个方面由浅入深地介绍了人体摄影的相关技法，拍摄前期准备，如何与模特配合，拍摄风格和流派，外景拍摄以及用光风格。同时，书中详解了使用图像编辑软件Photoshop对人体照片进行后期处理的技巧。

无论您是从零开始学习人体摄影，还是已经有一定的基础，只要您热爱这个行业并想花点心思学习下去，本书将是您最佳的选择，很快您会发现专业的水准您也做到了！本系列图书还有《国际人像摄影教程》。

责任编辑　肖　辉
　　米玉明
　　林　杉
封面设计　唐　棣

上架建议：艺术－摄影－人体摄影

ISBN 978-7-5006-9112-9

9 787500 691129

定价：55.00 元

刮开涂层将16位防伪密码发短信至10669588128
短信查询立辨真伪
短信查询时，当地资费为接收免费
详情请查询中国扫黄打非网www.shdf.gov.cn
更多图书信息请登陆www.21books.com

明码　8114 0709 9630 0391
密码